



Petits pains sans pétrissage

Ingrédients :

(pour 10 "petits" pains)

750 grammes de farine mi-blanche (T65)
 + farine pour travailler la pâte
 2,5 c.c de sel
 4,5 dl d'eau (450 grammes)
 1 dl de lait (100 grammes)
 1 c.s de miel
 25 grammes de levure fraîche

Préparation :

- Mélanger la farine avec le sel
- Verser l'eau, le lait et le miel dans une casserole, faire tiédir
- Retirer du feu, verser dans un grand saladier, délayer la levure
 - Ajouter la farine dans le mélange liquide
- Travailler rapidement avec une spatule en bois pour rassembler la pâte sans la pétrir, elle doit rester très souple, un peu coulante
- Saupoudrer de 2 c.s de farine, couvrir avec un torchon, laisser lever 1h30
 - Fariner 2 grandes plaques de four, renverser délicatement dessus la pâte levée
- Diviser la pâte en 5 morceaux (sur chaque plaque) à l'aide d'une spatule ou d'une corne à pâtisserie, écarter délicatement les uns des autres (ils n'auront pas une forme régulière)
 - Saupoudrer un peu de farine sur la pâte, bien répartir en tapotant toute la surface avec la main sans trop appuyer (laisser lever les pains le temps que le four chauffe)
- Placer un bol d'eau dans le four, préchauffer à 240 degrés
- Cuire les plaques en 2 fois au milieu du four 20 minutes environ
 - sortir et laisser refroidir sur une grille

