

Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

GÂCHES VENDEENNES

Pour 3 gâches vendéennes :

550g farine T45 - 125ml lait - 2cs rases [crème](#) fraîche - 2 oeufs - 1,5càc sel - 110g sucre - 110g beurre - parfums: 1càs [rhum](#) + 1càs fleur oranger + 1 chouïa [vanille](#) liquide - 25g levure fraîche -

Mettre tous les ingrédients à température ambiante.

Délayer la levure dans le lait, ajouter les oeufs, la crème, le sel puis la farine dans le bol du robot muni du crochet. Malaxer pour bien amalgamer puis commencer à pétrir : la boule qui se forme est dure, friable, c'est normal, ne pas réajuster! Ajouter le sucre en pluie puis quand tout le sucre est incorporé, ajouter le beurre détaillé en petits morceaux et pétrir jusqu'à ce que la pâte se décolle des parois, au moins 10-15min (la toucher de temps en temps pour vérifier qu'elle reste fraîche, sinon arrêter de pétrir).

Ajouter alors les arômes et continuer de pétrir 5min environ jusqu'à l'obtention d'un pâton élastique, non collant, doux et lisse. Transvaser dans une boîte hermétique et entreposer au réfrigérateur jusqu'au lendemain.

Verser la pâte sur un plan de travail légèrement fariné, diviser en 3 morceaux en pesant la pâte puis en divisant en 3 du +ou- égaux. Bouler légèrement les pâtons, détente 5min puis façonnage en bâtards que l'on dépose sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Dorer délicatement à l'oeuf entier salé. Laisser lever jusqu'à ce que les gâches **t r i p l e n t** **d e** **v o l u m e** .
Dorer à nouveau, inciser sur la longueur et enfourner au four préchauffé à 180°C (th.6) pendant environ 20-25min en recouvrant d'une feuille de papier alu à mi-cuisson.

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr