

# Recette du pain

## Ingédient :

Farine de blé **170 g**

---

Levure de boulanger **3 g**

---

Sel fin **3 pincée(s)**

---

Eau **80 ml**

## Descriptif de la recette :

- ✗ Mélanger le sel à la farine.
- ✗ Dissoudre la levure avec un peu d'eau tiède.
- ✗ Faire un puits au centre de la farine. Y verser la levure, le reste de l'eau et y incorporer tout doucement à la main la farine avec l'eau. Continuer jusqu'à obtenir une pâte très molle et la verser sur un plan de travail.
- ✗ Puis pétrir la pâte pendant 5 à 7 minutes (prendre la pâte et la rabattre sur elle-même), pour lui donner de l'élasticité et du corps.
- ✗ Donner sa forme au pain et la laisser reposer à température ambiante pendant au moins une demi heure.
- ✗ Poser les pains sur une plaque.
- ✗ Cuire les pains dans un four très chaud( 240°C) avec de l'humidité, en passant par exemple les pains avec un pinceau humide.
- ✗ La cuisson pour des pains individuels est d'environ 12 à 15 minutes. Vérifier la cuisson en tapant la base des pains, cela doit sonner creux.

