



Pain au lait 100% mag

Ingrédients

210 ml de lait demi écrémé à température ambiante
1 sachet de levure spécial brioche Demarle avec sel incorporé
1 oeuf
400 gr de farine
25 gr de sucre
25 gr de beurre froid coupé en dés

Mettre dans le bol du TM le lait et la levure

Programmer 1 mn vitesse 2 à 37°

Ajouter l'oeuf mixer 10 seconde vitesse 3

Ajouter la farine et le sucre

Mixer 10 secondes vitesse 3

Programmer 2 mn bol fermé fonction pétrin

Ajouter le beurre

Programmer 2 mn bol fermé fonction pétrin

Puis quelques secondes en sens inverse pour ramasser un peu la pâte

Faire bouillir de l'eau et la verser dans un saladier

Jeter l'eau essuyer et saupoudrer de farine

Mettre la pâte en boule dans le bol et couvrir

J'ai mis mon saladier près du radiateur

Laisser lever jusqu'à ce que la pâte triple de volume (30 mn ont suffi pour moi)

Dégazer la pâte et la diviser en 12 pâtons

Prendre chaque pâton et l'étaler en un rectangle avec la paume de la main

Rouler chaque rectangle en un boudin en lui donnant la forme ovale

Déposer la pâte dans les empreintes

Couvrir et laisser lever pendant 20 mn pour moi

Faire des grignes (4)

Badigeonner d'un jaune d'oeuf délayé avec un peu de lait

Cuire four chaud 180° une vingtaine de minutes