

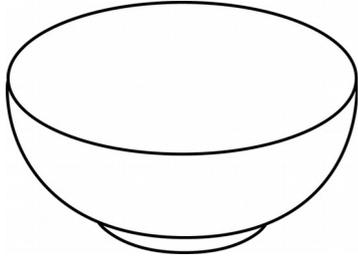
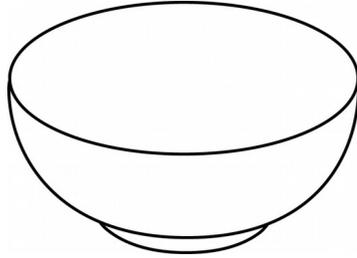
LE PAIN MAROCAIN

(recette de Jemâa)

INGREDIENTS

				
1 kg 500 g de FARINE	500g de SEMOULE DE BLE fine	3 cuillères à café de SEL fin	40g de LEVURE de BOULANGER fraîche	De l'EAU

				
--	--	--	---	--

	
---	--

Dans un saladier verser 1,5kg de FARINE et 500g de SEMOULE

Ajouter 3 cuillères à café de sel, mélanger et faire un puits. Mettre la levure de boulanger fraîche et verser l'eau tiède petit à petit.

			
---	---	--	---

Pétrir la pâte pendant 15 minutes. La pâte doit être molle et lisse.

Couvrir la pâte et la laisser reposer environ 1 heure

Ecraser la pâte plusieurs fois avec les poings pour faire sortir l'air

Faire plusieurs boules de même grosseur

			
<p>Saupoudrer le plan de travail avec de la semoule de blé fine</p>	<p>Etaler la boule de pâte. Faire un cercle d'environ 2 cm d'épaisseur</p>	<p>Disposer les cercles de pâte sur un linge propre. Couvrir pendant environ 1 heure</p>	<p>Quand la pâte a gonflé, faire un trou au milieu</p>
	 <p>© Can Stock Photo - csp8958399</p>		
<p>Ou piquer 2 ou 3 fois avec une fourchette</p>	<p>Préchauffer le four à 220°. Mettre les cercles de pâte sur une plaque. Enfourner à 220° 30 à 40 minutes</p>	<p>Le pain doit être bien doré</p>	