



Mon pain complet aux noix

Ingrédients :

- 500 g de farine de pain complet
- 350 g d'eau tiède
- 60 g de cerneaux de noix

Préparation :

Mettre dans le bol du robot la farine et les cerneaux de noix.

Commencer à pétrir à la vitesse 1 tout en ajoutant l'eau tiède (je la passe au micro-onde avant), augmenter de puissance au fur et à mesure. La pâte est collante, ne pas s'inquiéter.

Sur un plan de travail fariné, sortir la pâte du bol et avec vos mains farinées, la travailler un peu afin de former une boule. Elle ne colle presque plus.

La mettre dans un saladier recouvert d'un torchon et la placer près d'une source de chaleur. Je l'ai mise à côté de mon radiateur.

Laisser doubler de volume, il m'a fallu attendre 1h30.

Dégazer la pâte et la mettre en forme. J'ai fait quelques petits pains ainsi qu'un pain platine que j'ai placé dans un moule à cake beurré et fariné.

Laisser doubler à nouveau de volume. Cela m'a pris 45 mn.

Mettre à cuire dans un four préchauffé au TH 6/7. Sortir quand le pain sonne creux en dessous.

Sortir alors du four et les laisser refroidir sur une grille. Bon appétit !