

# Binôme gourmand



## Le Royaume du Sud

- \* 500g de farine T45 ou de gruau
- \* 3 oeufs moyens
- \* de 100 à 150g de sucre
- \* 100g de beurre
- \* 25g de levure de boulanger fraîche ou 1 sachet de levure déshydratée

- \* 3cs de fleur d'oranger ou 2 ou 3 gouttes d'extrait d'orange mais la fleur d'oranger est meilleure
- \* beurre + sucre perlé pour la finition
- \* 20cl de lait entier
- \* 1 petite cc de sel

Pétrir la pâte (mettre le beurre en dernier) la veille soit en machine à pain soit au robot. Couvrir le bol et le mettre au frigo pour la nuit. Il n'est pas nécessaire de faire une levée avant de mettre le bol au frigo, elle se fera lentement au froid (1ère LEVEE). La pâte est assez molle, surtout, ne pas rajouter de farine. Je la pétris au robot pendant 10 minutes, 5 minutes à vitesse 1 et 5 minutes à vitesse 2. Au début la pâte est assez molle puis elle devient lisse, brillante et élastique.

Le lendemain sortir la pâte, elle est beaucoup plus malléable grâce au froid, la couper en deux, bouler chaque pâton et laisser lever pendant une heure (2ème LEVEE). Il faut fariner légèrement le plan de travail et le dessus du pâton.

Au bout d'une heure, aplatir les pâtons au rouleau sur 4 centimètres d'épaisseur en respectant bien le cercle il est important d'aplatir au rouleau à pâtisserie, c'est ce qui contribue à la légèreté de la pâte, ne pas trop aplatir non plus, ce n'est pas une pâte à tarte.

Passer l'index au centre du cercle et petit à petit élargir le trou. Je prends la roue ainsi formée, je passe mes mains dans le trou et je fais le mouvement de "tourne, tourne petit moulin", le trou s'agrandit et on obtient une belle roue de bicyclette.

Poser cette roue sur la plaque et la badigeonner de beurre mou avec un pinceau en croisant les coups de pinceau.

Laisser lever jusqu'à ce que les disques triplent de volume (3ème LEVEE).

Saupoudrer généreusement de sucre en grains et enfourner à 180° chaleur normale pendant 20 minutes environ, il faut qu'elle soit légèrement dorée.

Normalement à la sortie du four il faut vaporiser avec de l'eau de fleurs d'oranger.

La laisser bien refroidir, au moins quatre heures. La manger telle quelle ou mieux, la couper en deux et mettre de la chantilly au milieu.

\* Si vous regardez bien, elle n'est pas hyper calorique car il n'y a que 50g de beurre et 50g de sucre par royaume. Même pas 10g de beurre et 10g de sucre par part. On se console comme on peut!!

\* Vous remarquerez aussi qu'il y a trois levées.

\* Si vous mettez plus de fleur d'oranger, déduisez son poids de celui des liquides.

\* Avec la farine T45 la pâte est plus molle qu'avec de la farine de gruau T55