

LA PREPARATION DE LA PATE A PAIN

1 kg de farine ou de mélange de farines
3-4 c. à café de sel
20-40 gr de levure
6-7 dl de liquide (eau, lait)
froid ou tiède

Pas à pas :

1. Peser la farine dans une terrine et y mélanger intimement le sel.
2. Ajouter la levure délayée et le reste du liquide.
3. Amalgamer le tout en une pâte grossière.
4. Pétrir la pâte en l'étirant de la paume des mains...
5. ...et en la repliant sur elle-même. Continuer de la sorte jusqu'à ce que la pâte soit souple et élastique.
6. Laisser gonfler la pâte jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume (terrine à l'arrière plan).

