

Batbout

Pain marocain à la poêle

RECETTE POUR 4 PAINS

ÉLÉMENTS DE BASE

Farine	0.250 Kg
Semoule extra fine	0.250 Kg
Sel	0.010 Kg
Levure de boulanger	0.010 Kg
Eau tiède	0.30 L



PROGRESSION

- 1. Réunir dans le bol du robot pétrin**, la farine, la semoule et le sel. Mélanger à l'aide du crochet.
- 2. Dissoudre la levure dans l'eau tiède** et incorporer au fur et à mesure dans le bol du pétrin. Laisser pétrir 10 min.
- 3. Filmer le bol et laisser pousser** à 22°C jusqu'au doublement du volume.
- 4. Dégazer la pâte** et la partager en 4 pour former des boules. Les aplatir et laisser reposer 10 min.
- 5. Cuire à la poêle** avec un peu de matière grasse (graisse de canard, huile olive, beurre clarifié). Cuisson sur les deux faces.

Note : Ces galettes coupées en triangles accompagneront des garnitures de style houmous, tarama, purée de lentilles, purée de carottes orientales, bissara de pois cassés...