

Recette



# LE PAIN TRADITIONNEL DE MALIKA



## ● Ingrédients

- 2 grands verres de farine
- 1 grand verre de semoule très fine
- 6 cuillères à soupe d'huile de tournesol
- du sel
- 1 cube de levure de boulanger
- 1 verre d'eau

## ● Etapes

- 1~ Faire le levain en délayant 1 cube de levure de boulanger avec un peu d'eau tiède. Attendre 5-6 minutes.
- 2~ Dans un saladier, mettre la farine, la semoule et le blanc d'oeuf.
- 3~ Faire tiédir le lait.
- 4~ Verser le levain sur les ingrédients et mélanger rapidement en ajoutant un peu de lait tiède jusqu'à avoir une consistance granuleuse.
- 5~ Couvrir le saladier et laisser reposer à température ambiante pendant 15 minutes.
- 6~ Mettre un peu de farine sur le plan de travail et pétrir la pâte en l'étirant en éventail et en la ramenant en boule pendant 5 minutes.

# LE PAIN TRADITIONNEL DE MALIKA

7~ Ajouter le lait tiède petit à petit en pétrissant jusqu'à avoir une pâte collante.

8~ Mettre un peu d'huile dans ses mains, façonner une boule régulière et la déposer sur la plaque du four sur un papier cuisson.

9~ Couvrir d'un tissu et laisser reposer à température ambiante pendant 10 minutes.

10~ Etaler la pâte à la main sur la plaque, cranter les bords au couteau. Laisser gonfler 15-20 minutes.

11~ Mélanger le jaune d'oeuf avec un peu de lait et l'étendre au pinceau sur toute la surface du pain.

12~ Saupoudrer de graines de sésame.

13~ Piquer la pâte en 5-6 endroits avec une brochette (Ne pas utiliser de fourchette !) Enfourner en surveillant la cuisson pour environ 30-40 minutes.

14~ Sortir du four et couvrir d'un tissu pendant 15 minutes.