

Pain "à la poêle"

Préparation : 20 mn **Cuisson:** 10 mn **Repos:** 25 mn **Levée:** 1 à 2 h **Rendement:** 2 galettes d'environ 250 g
Ingrédients pour 2 pain de 250g : 250g de farine, 50g de semoule fine, 3g de sel 2g de levure instantané, 150 à 180ml d'eau tiède en fonction de l'absorption de la farine

Processus: Dans un saladier, mélanger la farine, la semoule, le sel et la levure. Ajouter l'eau petit à petit. Mélanger à l'aide d'une spatule puis pétrir avec les mains pendant 5 mn.



Une fois que la pâte est élastique et qu'elle colle moins, prendre un saladier, mettre 1 càS d'huile et poser la pâte en boule dans le saladier en l'enduisant d'huile. Couvrir et mettre à lever pendant 1h à 2 h selon la chaleur du lieu.



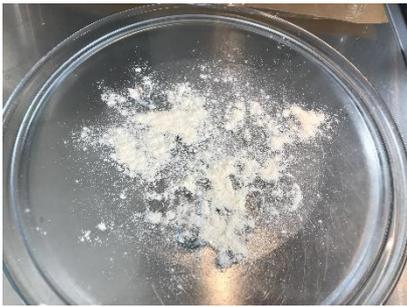
Une fois qu'elle a doublé de volume, dégazer la pâte puis laissez-la reposer pendant 5 mn.



Ensuite, on s'huile les mains, puis on divise la pâte en 2, puis on l'étale en tapotant à la main sur un papier sulfurisé. Ensuite, on la recouvre d'un film ou d'un linge et on la laisse reposer 20 mn.



Prendre une grande assiette farinée et faites chauffer une poêle avec un peu d'huile. Déposer une galette et huilez le dessus de la galette. Mettre un couvercle et faites cuire la galette pendant 5 mn. Puis retournez-la puis faites cuire encore 5 mn.



Retournez une dernière fois pour vérifier qu'il est bien doré de chaque côté puis débarrasser sur une grille pour faire refroidir. C'est prêt ;o)



La Cuisine