

Recette adaptée pana SD 255

P'tits grillés bis et graines de pavot

C'est une recette du livre "Atelier pain" de Gatococo. Je les ai fait avec la farine T80 (farine bise), sans muesli et avec des graines de pavot...



POUR 32 P'TITS GRILLES

Dans la cuve de la pana

2 cc de levure sèche
20 g de sucre
400 g de farine T80
1 œuf + lait = 320 ml (ou g)
30 g de beurre mou
1,5 cc de sel

Régler le programme BASIC BAKE DOUGH > 2 h 20.

Ajouter une bonne poignée de graines de pavot et démarrer la machine.

A la fin du programme, votre pâton doit avoir **doublé de volume** et être jusqu'au dessus de la cuve. Si ce n'est pas le cas, laissez encore le pâton levé sans éteindre la machine.

Le sortir sur un plan de travail fariné et le couper en 16 parts égales, à façonner en petites boules...à couvrir d'un torchon humide. Les laisser se détendre 15 min.

A la fin de cette détente, façonnez-les en petits pains. Disposez-les sur 2 plaques de cuisson antiadhésives. Laisser lever 1 h dans le four à 25° ou 30°C.

Sortez les pâtons, placez la lèchefrite en position basse et préchauffez le four en chaleur tournante à 220°C (th7/8).

Enfournez sur 2 niveaux, jetez une petite tasse d'eau (50 ml) sur la lèchefrite chaude, pour faire le coup de buée (la croûte sera plus croustillante) et faire cuire 20 min en inversant les plaques à mi-cuisson. Laissez-les refroidir sur une grille. Baissez le thermostat à 170°C (th5/6).

Coupez les petits pains en deux dans l'épaisseur, serrez-les sur les plaques et les faire cuire de nouveau pendant 18 min environ en inversant de nouveau les plaques à mi-cuisson.

Laissez-les quelques minutes dans le four éteint, porte entrouverte, pour qu'ils sèchent bien. Puis sortez-les et faites-les refroidir sur une grille.