

# Pizzas au blé noir complet

Toile SILPAIN®



## Ingrédients :

### pour la pâte avec œufs:

- 125 g de farine de blé noir complet
- 125 g de farine T80
- ½ cube de levure fraîche de boulanger (21 g)
- 135 g d'œufs battus (environ 3 œufs)
- 50 g d'huile d'olives
- 1 pincée de sel

### pour la pâte sans œuf:

- 125 g de farine de blé noir complet
- 170 g de farine T80
- 150 g d'eau tiède T° bébé
- ½ cube de levure fraîche de boulanger (21 g)
- 30 g d'huile d'olives
- 1 pincée de sel

### Pâte au blé noir complet avec œufs :

Dans le bol du robot KA ou autre, mettre les 2 farines et mélanger avec la feuille. Ajouter la levure fraîche en l'émiettant. Ajouter les œufs battus, l'huile d'olives et le sel en dernier. Mélanger vitesse 1 pendant au moins 8 à 10 min. Bouler la pâte et filmer. Mettre en pousse, la pâte doit doubler de volume.

### Pâte au blé noir complet sans œuf:

Dans le bol du robot KA ou autres, mettre les 2 farines et mélanger avec la feuille. Ajouter la levure délayée dans l'eau tiède (t° bébé). Ajouter l'huile d'olives et le sel en dernier. Mélanger vitesse 1 pendant au moins 8 à 10 min. Bouler la pâte et filmer. Mettre en pousse, la pâte doit doubler de volume. Lorsque les pâtons ont doublé de volume, rabattre sur le Roul'pat®. Etaler au rouleau et poser sur la toile Silpain®. Laisser à nouveau pousser quelques min sous torchon. Préchauffer le four à 250°C.

Garnir selon vos goûts, pour ma part ce sera :

sauce tomate cuisinée, origan, fromage râpé, lardons fumés, olives noires dénoyautées coupées en tranches...

+ camembert pour la pâte aux œufs

+ ail confit au Cook'in® pour la pâte sans œuf

Cuire environ 15 min à 250°C (Samsung four entier chaleur tournante)

