

Ingrédients :

- 375g de farine blanche
- 1 cuillère à café de sel
- 220 millilitres de lait
- 15 g de levure (un demi-cube de levure fraîche)
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 45g de beurre
- 1 œuf (battu)
- (Grains/flocons pour saupoudrer)



Préparation:

Chauffer légèrement le lait à la température du doigt, c'est-à-dire environ 37°C (il ne doit pas être trop chaud pour ne pas tuer la levure !).

Prélever environ 100 ml de lait tiède et y émietter la levure fraîche, puis ajouter 1 cuillère à soupe de sucre. Remuer doucement jusqu'à ce que la levure soit bien dissoute.

Mettre la farine et le sel dans un grand bol et bien les mélanger.

Ajouter peu à peu le beurre chaud, le mélange levure/lait et le reste du lait et pétrir le tout jusqu'à obtenir une pâte lisse qui ne colle plus.

Couvrir la pâte et laisser-la reposer dans un endroit chaud pendant au moins 30 minutes.

Ensuite, bien pétrir à nouveau la pâte et laisser-la reposer encore 30 minutes.

La pâte peut maintenant être façonnée en une grande miché de pain (ou en deux petits pains).

Allumer le four à 190-200°C et laisser encore reposer le pain jusqu'à ce que le four soit à bonne température.

Avant d'enfourner, badigeonner le pain avec l'œuf battu, puis enfourner à mi-hauteur pendant 20 à 30 minutes.

Il est possible d'ajouter des graines ou des flocons de céréales sur le pain, pour cela placer-les sur une assiette et presser brièvement la pâte dans les graines/flocons avant la mise en cuisson.

Bon appétit !