

Naans naturels



Ingrédients (4 personnes)

- 450 g de farine de blé ordinaire
- 50 g de beurre
- 20 g de levure de boulanger
- 1 yaourt
- 1 œuf
- 15 cl de lait tiède
- 2 cuillères à café de sucre en poudre
- 2 cuillères à café d'huile
- 2 pincées de sel

Préparation

1. Versez les 15 cl de lait tiède dans un bol et délayez les 20 g de levure fraîche.

2. Versez la farine dans un saladier et ajoutez la levure délayée. Mélangez bien. Versez le sel, le sucre en poudre, l'œuf, le yaourt et l'huile. Pétrissez la pâte avec les mains pendant 10 minutes.
3. Déposez la pâte qui doit être lisse et homogène, dans un plat creux huilé, couvrez d'un linge et laissez reposer 1 heure dans un endroit à + de 18°C. La pâte va doucement gonfler.
4. Travaillez la pâte quelques instants, puis partagez-la en 4 parts égales. Formez 4 petites boules de pâte. Recouvrez les pains d'un torchon et laissez reposer 30 minutes.

Pour finir

Aplatissez les boules à la main (longueur : 25 cm, largeur : 13 cm). Badigeonnez les naans d'un peu de beurre fondu. Posez les pains à couvert sur une poêle beurrée et laissez cuire en surveillant

Révision #3

Créé 2022-01-27 23:51:08 UTC par Admin

Mis à jour 2022-02-02 16:31:46 UTC par Admin