

Pain en cocotte

Portions **4-6**

Difficulté **Moyen**



INGRÉDIENTS

30 cl d'eau

23 g de levure

1 cuillère à soupe de sel

2 cuillères à soupe de miel

625 g de farine de blé

1 cuillère à soupe graines de

tournesol pour saupoudrer dans la
casserole lors de la cuisson



PRÉPARATION

Incorporer la levure et l'eau. Ajouter le sel, le miel et la farine et remuer avec une cuillère.

Vous pouvez ajouter des noix de pin, des graines de citrouille, des carottes râpées, des raisins secs ou des épices comme souhaité à la pâte. La pâte doit être très lisse et humide.

Mettre la pâte dans un bol et couvrir avec une serviette. Laisser lever à température ambiante pendant une nuit (minimum 12 heures). Puis tourner la pâte 3-4 fois avec une cuillère et laisser lever à nouveau quelques heures dans le bol.

Placer votre cocotte en fonte émaillée Le Creuset 24 cm dans le four à 250 ° C. Lorsque le four et cocotte sont chauds, saupoudrer de graines de tournesol au fond de la cocotte et laisser légèrement griller. Vous pouvez également choisir d'utiliser d'autres céréales à la place.

Verser la pâte directement dans la cocotte. Pour les premières 30 minutes, cuire le pain avec le couvercle, puis retirer le couvercle et laisser le pain cuire pendant 15 minutes.

Laisser reposer le pain pendant au moins 30 minutes, avant de démouler.