

## Cycle 3

# Pain bis

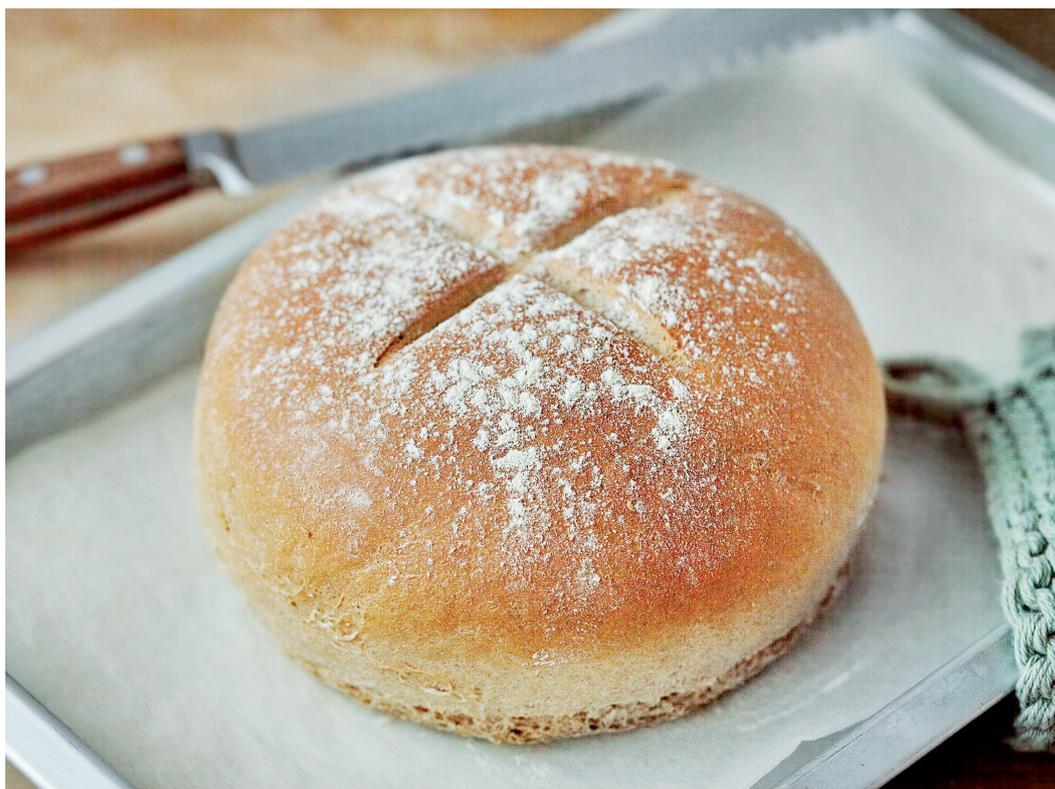
Pour 1 pain

**Conseil**

Remplacer (en partie) l'eau par du lait.

**Ingrédients**

- 500 g de farine bise
- 1½ cc de sel
- 15 g de levure émietée
- 3 dl d'eau
- 1 cs de séré



## Cycle 3

## Préparation



1 Mélanger la farine et le sel. Former un puits. À l'aide d'une fourchette, délayer la levure dans l'eau.



2 Verser la levure, l'eau et le séré dans le puits.



3 Mélanger le tout jusqu'à l'obtention d'une pâte.



4 Bien pétrir la pâte jusqu'à ce qu'elle devienne souple et lisse.



5 Couvrir et laisser doubler de volume à température ambiante. Préchauffer le four à 220 °C (air chaud/chaueur tournante: 200 °C).



6 Pétrir à nouveau la pâte. Former un pain. Déposer sur la plaque chemisée de papier sulfurisé, inciser à l'aide d'un couteau. Cuire 30-40 min dans le bas du four chaud. Laisser refroidir.