

Pain croustillant à l'huile de courge



Pains
Type de recette



30 minutes
Préparation



Moyen
Difficulté

80-100 minutes



Ingrédients pour 6 personnes

½ l de lait de beurre ou de petit-lait
400 g de farine de seigle de type 960
200 g de farine de blé de type 700
150 g de pépins de courge styriens en poudre
3 cc de sel
1,5 sachet de levure de boulanger sèche
5 CS d'huile de pépins de courge styrienne igp
De l'eau chaude éventuellement

Préparation

Mélanger tous les ingrédients jusqu'à obtention d'une pâte souple. Pétrir la pâte pendant 10 à 15 minutes et la laisser gonfler (au moins 20-25 minutes) dans un moule à cake fariné dans un endroit chaud. Faire cuire au four préchauffé à 240°C pendant environ 10 minutes, puis réduire la température à 190°C et poursuivre la cuisson environ 40 minutes.

Astuce : à l'aide d'une pique, vérifier en fin de cuisson si le pain est bien cuit au milieu.

Recette de Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. / Foto: Stefan Kristoferitsch