

Pain Pita



Ingrédients pour 16 pitas :

- 15g de levure de boulanger fraîche (ou 7g de levure sèche)
- 50cL d'eau tiède
- 750g de farine de blé T65 (+50g pour le plan de travail)
- 15g de sel fin
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive



Préparation

- Dans un bol verser la levure. La délayer dans 10cL d'eau tiède.
- Dans un saladier mélanger la farine et le sel. Verser le reste d'eau tiède, la levure délayée et l'huile d'olive. Travailler la pâte. Lorsqu'elle est souple et lisse, la ramasser en boule et la couvrir d'un linge.
- La laisser lever 1H30. La pétrir sur le plan de travail fariné. La diviser en 16 pâtons.
- Façonner des boules. Aplatir chacune d'elles avec le rouleau à pâtisserie de manière à réaliser des formes ovales de 5mm d'épaisseur.
- Les déposer sur un linge fariné puis les couvrir avec un second linge. Laisser lever 30 minutes.
- Préchauffer le four à 250°C. Y glisser la plaque du four huilée. Quand elle est bien chaude, y déposer les abaisses de pâte.
- Enfourner aussitôt et faire cuire 12 minutes. Servir les pitas chaudes ou tièdes.

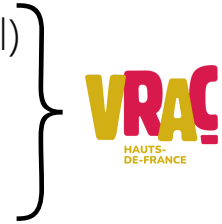


Pain Pita



Ingrédients pour 16 pitas :

- 15g de levure de boulanger fraîche (ou 7g de levure sèche)
- 50cL d'eau tiède
- 750g de farine de blé T65 (+50g pour le plan de travail)
- 15g de sel fin
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive



Préparation

- Dans un bol verser la levure. La délayer dans 10cL d'eau tiède.
- Dans un saladier mélanger la farine et le sel. Verser le reste d'eau tiède, la levure délayée et l'huile d'olive. Travailler la pâte. Lorsqu'elle est souple et lisse, la ramasser en boule et la couvrir d'un linge.
- La laisser lever 1H30. La pétrir sur le plan de travail fariné. La diviser en 16 pâtons.
- Façonner des boules. Aplatir chacune d'elles avec le rouleau à pâtisserie de manière à réaliser des formes ovales de 5mm d'épaisseur.
- Les déposer sur un linge fariné puis les couvrir avec un second linge. Laisser lever 30 minutes.
- Préchauffer le four à 250°C. Y glisser la plaque du four huilée. Quand elle est bien chaude, y déposer les abaisses de pâte.
- Enfourner aussitôt et faire cuire 12 minutes. Servir les pitas chaudes ou tièdes.

