

Pain aux noisettes et gru  de cacao

Pour 1 pain

150 g de farine de blé T 65

100g de farine de blé complète

165 g d'eau à 20  C

65 g de levain liquide

5 g de sel

20 g de sucre

12 g de beurre ramolli

12g de rhum

2 cuil à soupe de flocon d'avoine

2 cuil à café de graines de lin

2 cuil à soupe de gru  de cacao

70g de noisettes concassées

Dans la cuve du robot versez les farines, l'eau, le levain liquide, le sel, et le sucre. Mélangez 5 minutes à vitesse lente, puis 10 minutes à vitesse rapide en ajoutant le beurre, le rhum et la garniture 2 minutes avant la fin du pétrissage.

Formez une boule et recouvrez-la d'un linge légèrement humide. Laissez pousser pendant 2 heures en faisant un rabat au bout d'1 heure.

Farinez le plan de travail. Beurrez un moule à cake (ou pas, selon votre moule). Formez une boule avec la pâte, couvrez-la d'un linge et laissez reposer pendant 15 minutes. Divisez ensuite la pâte en 4 pâtons de même taille. Roulez-les sur eux-mêmes, puis formez des boules que vous disposerez dans le moule à cake. Laissez pousser pendant 2h, les boules vont se souder entre elles et bien remplir le moule.

Préchauffez le four à 220  C, placez une plaque dans le bas du four. Au moment d'enfourner versez 50 ml d'eau sur la plaque chaude et faites cuire votre pain 30 minutes à 220 C.