

# Pains Marocains à la semoule



## INGRÉDIENTS pour 12 pains.

- 250 g de farine
- 250 g de semoule fine
- 15 g d'huile d'olive
- 2 cuil. à soupe de lait en poudre
- 10 g de sucre
- 1 cuil. à café 1/2 de sel
- 1 sachet de levure déshydratée de boulanger
- 300 g d'eau tiède

## ASTUCES & CONSEILS

- ...

## PRÉPARATION

1. Dans le bol de votre robot muni du crochet, mettre la farine, le lait en poudre, le sel, le sucre, la levure et l'huile. Puis commencer à pétrir à vitesse 2 ou 3.
2. Ajouter petit à petit l'eau et continuer à pétrir pendant 10 min afin que la pâte se décolle des bords.
3. Couvrir votre bol et laisser pousser dans un endroit chaud pendant 1 heure. La pâte doit doubler.
4. Dégazer votre pâte sur un plan de travail fariné et couper la pâte en 12 patrons du même poids soit environ 70 g. Bouler les patrons.
5. Préparer 2 assiettes creuse avec de l'eau dans l'une et de la farine dans l'autre. Tremper chaque patron dans l'eau puis dans la farine et les poser sur une plaque recouverte de papier cuisson et aplatissez légèrement.
6. Scarifier à 2 endroits vos boules de pâte, couvrir d'un linge propre et laisser de nouveau pousser pendant 40 min.
7. 10 minutes avant la fin du temps de pousse, préchauffer votre four à 180°C.
8. Enfourner vos pains 15 à 20 min selon votre four ( moi 16 min ).
9. Sortir les pains et laisser refroidir sur une grille.

*Sandrine « Ma Bulle aux Délices »*