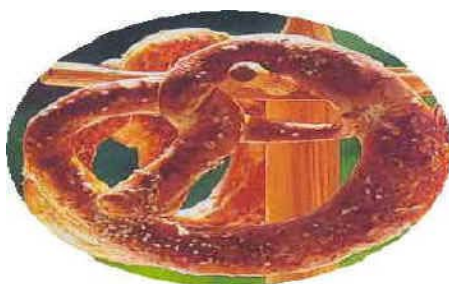


LES RECETTES D'ARARE

3. Les délices de saison

(un secret de Natou)



Ingrédients

500 g de farine tresse (ou blanche)

1 ½ c. à café de sel

¼ de cube de levure (ou soit 10g) émietté

1 c. à café d'extrait de malt

2 c. à soupe de beurre ou de margarine, amollis

3 dl environ de mélange ½ lait/½ eau

Travailler et pétrir le tout en pâte molle et lisse puis laisser lever du double à couvert.

Façonnage

Partager la pâte en 14 portions et façonner les délices en petits pains ronds ou sous forme de croissants ou de bretzels. Poser les sur une plaque recouverte de papier pâtisserie. Laisser lever une seconde fois.

Bretzels : rouler la pâte en un boudin de 40cm, former une boucle et entrelacer les extrémités. Poser la boucle réalisée par-dessus ou par-dessous.

Croissants : abaisser 1/3 de la pâte en rond de 30cm découper en 6-8 parts. Les rouler vers la pointe (triangle) et les courber légèrement. Poser sur la plaque la pointe vers le bas.

Saumure

1 litre d'eau

1 c. à soupe de gros sel

80-100g de bicarbonate de soude*

- En vente dans les pharmacies et drogueries
- La solution peut se conserver au maximum 1 mois dans un bocal bien fermé
- Attention la solution étant caustique, il ne faut pas la laisser à la portée des enfants.

Porter le tout à ébullition dans une casserole en acier chromé.

Retirer la casserole du feu. A l'aide d'une écumoire en treillis, plonger un à un les petits levés dans la saumure chaude, puis égoutter. Poser les ensuite sur une plaque, entailler les petits pains avec un couteau et saupoudrer éventuellement de gros sel et cuire sans attendre.

Badigeonner encore chauds de crème à café pour le brillant.

Décor

Faire plusieurs entailles de 5 mm de profondeur avec couteau pointu. Saupoudrer d'un peu de sel.

Cuisson 20-25 minutes au milieu du four préchauffé à 200 degrés.

Lever la pâte à température ambiante 1h. environ, pour le façonnage des pièces, comptez 20 à 40 minutes.