

# RECETTE DU PAIN EN FORME DE LAPIN

## Ingrédient :

150ml d'eau

250 g de farine

3 g de sel

1 sachet de levure de boulanger

## Préparation :

Délayer la levure de boulanger dans 30 ml d'eau tiède (40° environ). La levure en sachet doit se réhydrater dans l'eau 15 mn environ

Dans une terrine, mélanger la farine, le reste de l'eau le sel avec 1 cuillère en bois, puis à la main pour obtenir une pâte ni trop molle ni trop ferme. Rajouter de l'eau au besoin par cuillerées (la quantité précise d'eau dépend de la farine!). Ajouter la levure en dernier et continuer à mélanger jusqu'à ce que la pâte soit homogène et ne colle plus aux parois (rajouter un peu de farine par pincées au besoin). Attention: Pour une bonne levée, la levure mise à la fin (ou au début) ne doit en aucun cas être en contact direct avec le sel)

Travailler ensuite le pâton sur un plan de travail pendant 15 mn en l'écrasant avec la paume de la main et en le repliant plusieurs fois jusqu'à ce que la pâte soit élastique. Si vous avez un robot travailler la pâte dans celui-ci.

Mettre la pâte en boule dans la terrine farinée et la couvrir d'un torchon (environ 1h), déposer la pâte dans un endroit tiède (par ex un four légèrement chauffé puis éteint ou fonction étuve!) sinon c'est plus long (2h environ) Quand la pâte a doublé de volume, la pétrir à nouveau sans la déchirer pendant 1 à 2 mn. Lui donner la forme désirée et laisser reposer 1h



Préchauffer le four à 250°

Enfourner et baisser à 230° en n'oubliant pas de mettre une coupelle d'eau dans la lèchefrite

Cuire 15 mn environ et ne pas ouvrir la porte. Laisser refroidir sur une grille.

