

Pain de mie



Pour un moule à pain croustillant, 23 cm, chemisé de papier cuisson

500 g de farine
1½ c. c. de sel
1 c. s. de sucre
½ cube de levure (env. 20 g)
40 g de beurre
3,2 dl d'eau (320 g)

Mélanger dans un grand bol farine, sel et sucre. Émietter la levure, incorporer. Couper le beurre en morceaux, ajouter avec l'eau, mélanger, pétrir en pâte molle et lisse. Laisser la pâte doubler de volume env. 1 h à couvert à température ambiante.

1 feuille d'alu (d'env. 30 × 15 cm)
1 c. s. de beurre, mou

Déposer la pâte sur le plan de travail légèrement fariné. Diviser en 2 portions, aplatir un peu, façonner des boules puis des pâtons légèrement allongés (d'env. 11 cm), déposer dans le moule préparé. Badigeonner de beurre la feuille d'alu, poser sur le moule, côté beurré vers le bas, bien fermer sur tous les côtés. Laisser lever encore la pâte env. 1 h à couvert. Préchauffer le four à 200° C.

Cuisson: avec la feuille d'alu, env. 40 min dans la moitié inférieure du four. Ôter la feuille, démouler le pain, poser sur la grille du four.

Finition au four: env. 20 minutes. Retirer, laisser refroidir le pain sur une grille.

100 g: 282 kcal, lip 7 g, glu 46 g, pro 8 g



Remarque

Grâce à la feuille d'alu, le pain de mie acquiert une fine croûte typique et régulière.