

Tortillas au blé

Ces tortillas peuvent être faites à partir de farine blanche (type 55), de farine semi complète (type 110). J'obtiens de bons résultats avec un mélange des deux types de farine (moitié-moitié). Les tortillas restent bien souples et élastiques quand on les roule, mais le goût de céréale est quand-même bien présent.

Vous pouvez les conserver environ 3 jours bien emballées à l'abri de l'air. Elles se congèlent bien, mais pas plus d'un mois, après elles sont cassantes.

Recette pour 6 tortillas

375 g de farine

1 cc de sel

1 cc de levure chimique

80 ml d'huile d'olive

250 ml d'eau tiède

Préparation

Dans le bol de votre robot ménager, mélange la farine, le sel, la levure et l'huile, jusqu'à ce que tu obtienne une texture sableuse.

Ajoute l'eau tiède peu à peu, en pétrissant bien pour rendre la pâte élastique. Mets la pâte en boule dans un saladier et couvre-le. Laisse reposer à température ambiante au moins 1 heure.

Au bout d'une heure, divise ton pâton en 6. Attention, ne repétris pas la pâte ! Préchauffe une poêle à feu moyen (à sec, sans corps gras).

Sur un plan légèrement fariné, étale les pâtons avec ton rouleau à pâtisserie. Chaque tortilla fera environ 30 cm de diamètre. Pour un joli résultat bien rond, sers-toi d'une grande assiette et d'un couteau à bout pointu pour retailler les tortillas avant de les cuire.

Dès que la pâte est étalée, tu peux la cuire : 2 minute la première face et 1 minute pour la deuxième (à adapter en fonction de la puissance du feu). Dépose dans une assiette plate la tortilla cuite, puis couvre la avec un torchon propre pour qu'elle ne se dessèche pas trop vite. Fais pareil avec les 5 autres pâtons.

