

## ***Pains plats {facile et rapide}***

*Si tu es pressé, le repos d'une heure peut être réduit à ¼ d'heure.*

### Recette pour 8 pains

500 g de farine

365 ml d'eau tiède (+ ou - à voir en fonction de la qualité de la farine)

4 C à soupe d'huile d'olive (60 ml)

1,5 C à café de sel

1 sachet de levure de boulanger instantanée ou 2 C à café (style briochin)

### Préparation

Mets la levure de boulanger dans l'eau tiède.

Mélange la farine, le sel, l'huile.

Dans le bol de ton robot ménager, ou dans ta MAP, ou avec tes petites mains, mélange tous les ingrédients et pétris bien. La pâte va être collante, c'est normal.

Mets-la dans un saladier, couvre-la avec un cellophane légèrement huilé, et laisse-la au repos 1 heure à température ambiante (ou ¼ d'heure si tu es pressé).

Au bout d'une heure, sors ta pâte du saladier, mais ne la retravaille pas ! Fais chauffer une poêle à feu moyen-vif. Divise-la en 8 pâtons égaux. Sur ton plan de travail bien fariné forme des petites boules, puis étale les avec ton rouleau à pâtisserie (½ cm d'épaisseur). Farine bien, ça colle !

Quand ta poêle est bien chaude, pose ton pain et laisse cuire environ 1 minute, puis retourne avec une spatule, et cuit encore 1 minute. Fais de même avec les autres pains. Pour gagner du temps, j'étale mon pain pendant que le précédent cuit, etc...

Quand ton pain est cuit, pose le dans une assiette et couvre avec un torchon propre en attendant de le manger.

