

Pain au lait tressé du dimanche matin

La farine : j'aime utiliser la farine semi-complète ou complète pour mes pains, sauf pour la brioche et le pain au lait. J'utilise de la farine blanche (T60 bio mais de la T45 ou 55 marchent aussi très bien), car sinon mon pain au lait est dur comme une brique.

Pour tresser mon pain en couronne, je fais des pâtons de 60 cm de long, je les tresse, et ensuite le les rejoint en rond.

Recette pour 1 gros pain

550 g de farine (voir note en introduction)
300 ml de lait tiède (plutôt chaud que froid)
1 C à soupe de levure de boulanger instantanée (type saf ou briochin)
50 g de beurre fondu
60 g de sucre
¼ C à café de sel
1 petit œuf battu (pour la dorure)

Préparation

Si tu as une machine à pain ou un robot (type thermomix), mets dans la cuve : le lait tiède, le beurre, la levure et le sucre. Ajoute la farine, et le sel. Laisse pétrir selon les indications de ta machine (3 minutes pour le thermomix).

Si tu n'as pas de machine : retrousse tes manches, on va pétrir ! Dans un saladier, verse le lait tiède, le beurre, la levure, le sucre, mélange bien. Ajoute la moitié de la farine et le sel, et mélange bien. Ajoute enfin le reste de la farine et pétris avec tes mains, au moins 5 minutes.

Mets ta pâte dans un saladier (le même), couvre avec un torchon humide. Laisse reposer au moins 2 heures (ou 1 heure, s'il fait bien chaud).

Divise ta pâte en 3 et roule chaque part en boudin d'environ 40 cm de long. Laisse reposer 5 minutes tes pâtons. Ensuite, tresse ton pain, sans serrer. Replis les bords sous le pain pour que la tresse ne se défasse pas. Dépose ta tresse sur un plaque de cuisson, couvre la d'un torchon humide. Laisse reposer 30 minutes, ou jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.

Préchauffe ton four à 180°C. Badigeonne ton pain avec l'œuf battu, et enfourne pour 25 à 30 minutes.

