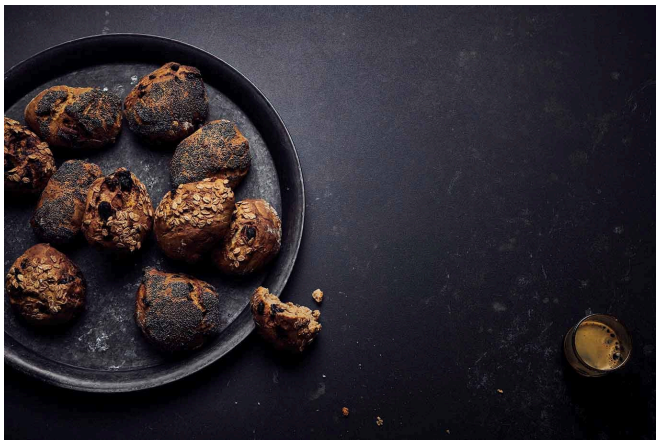
Petit pain aux fruits

Recette de V-ZUG SA



Préparation	30 min
Temps de repos	20 min
Temps de cuisson	1 h 25 min
Pièces	12
Appareil	CombairSteamer V2000 à partir de 2021

Petit pain complet aux fruits secs et aux noix

Pâte

300 g de farine d'épeautre claire

200 g de farine d'épeautre complète

1½ cc de sel

½ cube de levure (env. 20 g)

300 ml d'eau

50 g de beurre, ramolli

100 g d'abricots secs, grossièrement hachés

100 g de figues séchées, grossièrement hachées

100 g de pruneaux, grossièrement hachés

50 g de cerneaux de noix, grossièrement hachés

50 g de raisins sultanines

Façonnage

Un peu de flocons d'épeautre

Un peu de graines de pavot

Pâte

Pétrir tous les ingrédients jusqu'au beurre inclus pour obtenir une pâte souple et lisse. Ajouter le reste des ingrédients et bien pétrir la pâte.

Former une boule de pâte. La déposer dans un récipient sur le fond de l'espace de cuisson et la laisser doubler de volume avec cuisiner pro à 32 °C pendant 1 heure.

Façonnage

Diviser la pâte en 12 pâtons, former des boules. Humecter les pâtons avec de l'eau, parsemer de flocons d'épeautre ou de graines de pavot, appuyer légèrement.

Disposer sur une plaque à gâteaux tapissée de papier sulfurisé et inciser chaque petit pain en formant une croix.

Laisser lever 20 minutes.

Cuisson

Préchauffer l'espace de cuisson avec cuisiner pro à 190 °C.

Cuire les pains de fruits au niveau moyen pendant 25 minutes.

Laisser refroidir les pains de fruits sur la grille.

Etapes de cuisson

Cuisiner pro Laisser lever 32 °C pendant 1 h

Continuer à travailler la pâte après qu'elle a levé.

(Pré)chauffer l'enceinte de cuisson à 190 °C avec Air chaud

Préchauffage terminé. Enfourner l'aliment à cuire.

Cuisiner pro campagne 190 °C pendant 25 min

Accessoires

Plaque à gâteaux

Grille

Informations complémentaires

Créée le	26.01.2022