La communauté internet au service de la **cuisine** et du **terroir**

Pain au quinoa

Pain et viennoiseries Facile

Pour : 8 personnes

Préparation : 30 mn
Repos : 2 h
Cuisson : 90 mn

Ingrédients

- 2 cs de graines de quinoa
- 2 cs de sésame blanc
- 300 g de farine t65
- 150 g de farine de quinoa - disponible en magasin bio
- 1 cs de sucre
- 1 cs d'huile de fleur de colza - ou autre
- 160 ml d'eau
- 2 cc de sel
- 150 g de farine t65 - Pour le poolish
- 2 cc de levure déshydratée - Pour le poolish
- 200 ml d'eau - Pour le poolish
- lait (ou mélange jaune d'oeuf-lait) - Pour le dessus du pain
- graines de quinoa, de pavot, de sésame... - Pour le dessus du pain

Préparation

1. Dans votre machine à pain, faites un poolish avec la farine, la levure et l'eau, puis laissez buller la pâte obtenue pendant quelques heures.
2. Ajoutez le restant des ingrédients, à l'exception des graines de quinoa et du sésame blanc, puis démarrez le programme de type "Pâte" dans votre machine à pain.
3. Lorsque votre machine bippe, versez les 2 cuillères à soupe de graines de quinoa et le sésame blanc.
4. À la fin du programme, dégazez votre pâte en l'étalant plusieurs fois avec votre rouleau.
5. Réalisez 9 boules de taille égale, puis placez-les dans une cocotte que vous aurez au préalable légèrement huilée.
6. Badigeonnez de lait le dessus des boules de pâte.
7. Préchauffez le four à 50°C.
8. À la sortie de la cocotte, décorez votre pain avec les graines.
9. Effectuez une deuxième levée dans le four avec porte fermée et un couvercle sur la cocotte.
10. Enfin, augmentez la température du four à 230°C et laissez lever pendant 40 à 45 minutes.

Proposé par

La Guillaumette

La Guillaumette, c'est moi! une lorraine devenue charentaise à l'heure de la retraite. Une de mes passions est de mijoter de bons petits plats. Mais j'en ai bien d'autres. Venez à ma rencontre en visitant mon blog "LA GUILLAUMETTE". Ainsi, nous ferons connaissance.

Consulter son profil et ses recettes

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode