

Recette de la pâte de blé noir



Pain et viennoiseries **Facile**

Pour : 15 personnes

Préparation : 25 mn

Repos : 2 h

La recette originale de la pâte de blé noir, utilisée pour réaliser les galettes (crêpes salées).

Ingrédients

- 500 g de farine de blé noir
- 12 g de gros sel
- 1,2 l d'eau froide

Préparation

- 1 Pour une quinzaine de galettes.** Mélanger la farine et le gros sel dans un saladier.
- 2** Ajouter l'eau en plusieurs fois.
- 3** Bien lisser la pâte et la laisser reposer 5 à 6 h au frais ou 2 à 3 h à température ambiante.
- 4** Conseil : L'idéal est de préparer la pâte la veille pour le lendemain. Dans ce cas, faire un « pâton » en y ajoutant seulement la moitié de l'eau. Mettre au frais et diluer le pâton au moment de l'utilisation.
- 5** Chauffer un billig à 240 °C, le graisser sans excès et étaler la pâte au rozell.

Proposé par

Maître Crêpier

Bertrand Denis, Maître Crêpier et fondateur de l'École Maître Crêpier en Bretagne
(www.ecole-maitre-crepier.fr)

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

