

Pour 8 pains Kebab ou 4 gros

500 g farine blanche T55 ou bise T80 bio de préférence pour moi

21 g levure fraîche de boulanger
(vendu rayon pâtisserie en cube de 42 g à InterMarché ou Leclerc)

350 g d'eau (70% D'HYDRATATION) température ambiante 20 ° environ

70% d'hydratation garantie un kebab très moelleux

1/2 c à café de sucre

1 c à café de sel

2 c à soupe d'huile d'olive

3 cuillères à soupe de lait

Ingrédients secondaires :

1 œuf légèrement battu pour la dorure sur les pâtons (facultatif)

l'œuf entier pour ne pas jeter le blanc si pas utilité immédiate.

Graines de sésame pour parsemer sur les pâtons (facultatif)

Dans le robot pétrisseur :

Mettre la levure, ajoutez le sucre et un peu d'eau (pris sur les 200g-300g),
mélanger et laissez reposer 10/15 mn à température ambiante .

Ensuite ajoutez l'huile, lait, le restant d'eau, la farine et le sel .

Pétrir 10 minutes vitesse 1 et 3 mn en vitesse 2 jusqu'à décollement de la pâte
afin qu'elle soit
souple et élastique.

Puis dans le bol avec une corne faire 1 rabat
de la pâte du bord du bol en l'étirant et en retombant
vers le côté opposé tourner
le bol d'1/4 de tour et répéter 3 autre fois ce rabat et 1/4 de tour

(ces rabats servent à emprisonner l'air dans la pâte)

Sortir la pâte du robot.

Enduisez le bol du robot d'huile d'olive ainsi que la pâte (comme pour une pâte à pizza)

Couvrir et laissez reposer 1h à 1h30 à température ambiante 20/25° (c'est le pointage)

jusqu'à ce qu'elle double de volume.

Dégazer la pâte et la diviser en 8 pâtons

Les bouler sur un plan fariné, détente 10 mn .

Sur un papier sulfurisé :

Aplatissez les boules et formez de galettes de 15 à 20 cm de diamètre et d'une épaisseur de 1,5 cm ou en carrés de 15 cm.

A l'aide de l'un de vos doigts, faites des empreintes fortes sur toute la surface de la pâte (Facultatif)

Vous pouvez laisser lisse la surface des pâtons à vous de choisir.

Badigeonnez les galettes avec l'œuf battu à l'aide d'un pinceau et parsemer avec les graines de sésame.

Apprêt de 45 mn environ des pâtons à température ambiante 20/25°

Préchauffer le four à 220 °c avec la plaque de cuisson.

Enfournez sur la plaque très chaude
puis baissez à 180 ° cuisson pour 15 mn environ (couleur légèrement dorée)
et selon le four de chacun .

Ensuite manger nature ou en garnissant intérieurement selon les goûts de chacun !

La sauce blanche est recommandée pour accompagner la garniture !!!!