



Mes 1ères baguettes aux graines de nigelle

Ingrédients :

- 500 g de farine pour ciabatta
- 360 ml d'eau tiède
- 1 poignée de graines de nigelle
- 1 cas d'huile d'olive
- 1 poignée de semoule moyenne

Préparation :

Mettre dans le bol du robot la farine ainsi que les graines de nigelle et l'huile d'olive. Commencer à pétrir à la vitesse 1.

Ajouter l'eau petit à petit et augmenter la vitesse quand la pâte forme une boule. Passer à la vitesse 2 puis 3.

Pétrir ainsi pendant 10 mn.

Sortir alors la pâte du bol et la mettre en boule. La pâte est souple et ne colle pas du tout. Elle est très facile à manier.

La mettre dans un saladier et laisser doubler de volume. Cela m'a pris 1 heure car j'ai posé mon saladier à côté du radiateur comme d'habitude ;o)

Une fois qu'elle a doublé de volume, la dégazer et la mettre en forme. J'ai donc formé 4 petits pains ainsi que 2 baguettes.

Les mettre sur une plaque recouverte de papier sulfurisé. Laisser lever pendant 45 mn.

Mettre votre four à préchauffer au TH 4/5 avec une coupelle d'eau à l'étage inférieur.

Vaporiser d'eau le dessus des pains et des baguettes et saupoudrer de semoule moyenne.

Mettre à cuire et sortir lorsque le dessus est bien doré.

Bon appétit !