

Le pain au son maison

J'adore le pain ! On commence à le savoir. Sous toutes ses formes d'ailleurs... A la maison, j'ai pour habitude de le faire au son – plus digeste – et aussi plus complet. Alors on sort ça machine à pain et sa balance et on y va. La maison va sentir la boulangerie ! **Pour 1 pain** : 400ml d'eau tiède – 2cc de sel – 1CS d'huile d'olive – 1CS1/2 de lait en poudre – 1CS1/2 de sucre – 640g de farine de blé – 4cc de levain sec bio – 4CS de son de blé. Dans la cuve de la machine, on met l'eau. Puis le sel, l'huile d'olive, le lait en poudre et le sucre. On couvre avec la farine. On ajoute le levain et le son. J'utilise le cycle rapide de ma machine à pain. après 1h20, l'appartement est doucement parfumé de pain chaud... Un vrai bonheur ! P.S. : j'aime y ajouté des graines comme le sésame, ou des mélanges de graines pour le pain (on en trouve facilement chez biocoop par exemple)