

PAIN VAPEUR A FARCIR

210g DE FARINE

25g d'huile d'olive

150g d'eau

180g de poolish (dont 90g d'eau de coulage et 90g de farine sur les 300)

levure 2

sel 6g

Préparer le poolish la veille

Pétrir la pâte avec le poolish et laisser doubler de volume

Façoner 8 à 10 pâtons d'environ 50/60g

Farcir avec une farce de viande pas trop sèche de votre choix ou même en version sucré, de la confiture, nutella, praliné, etc ... (j'aime bien la farce de viande façon fajitas ou au curry)

Cuire à la vapeur 15 min puis poelee ou non

LA TABLE DES PLAISIRS