**PAIN DE MIE COMPLET**

**250g de farine complète**

**6g de levure sèche**

**200g d’eau**

**25g de poudre de lait entier**

**7g de miel**

**10g de gomme de guar (facultatif)**

**20g de beurre à température ambiante**

**6g de sel**

Pétrir tous les ingrédients jusqu’à obtention d’une pâte homogène

Ajoutez le sel en fin de pétrissage

Laissez lever environ 1h jusqu’à ce que la pâte double au minimum de volume

Dégazez, façonner et déposer la pâte dans le moule à cake

Laissez lever à couvert 1h

Préchauffez le four à 180°

Enfournez 25 à 30 minutes

Démoulez et laissez refroidir sur une grille

**LA TABLE DES PLAISIRS**