



## Le pain aux céréales

### Ingrédients :

- 300 ml d'eau tiède
- 500 g de farine aux céréales
- 1 sachet de levain déshydraté
- 2 cuillères à café de sel fin

Préparation : 10 mn

Repos : 40 mn

Cuisson : 35 mn

### Préparation :

1. Mélanger la farine, le levain, le sel et l'eau. Pétrir pendant 5 minutes.
2. Mettre au repos pendant 40 minutes en couvrant le plat avec un torchon.
3. Mettre le pain en forme, laisser lever 35 minutes. Préchauffer le four à 240°/th.3. Entailler le pain, et l'enfourner pendant 35 minutes.

Manger tiède ou refroidi, nature, ou avec un peu de chocolat, ou de la confiture.



*Truc :*

*Placer un bol d'eau sur la plaque du four, le pain sera croustillant !*

*Je repère :*

- \* le nom de la préparation
- \* les ingrédients
- \* les étapes de la fabrication
- \* l'illustration
- \* les conseils et les astuces

Une recette explique comment préparer un plat.