

Pains pita



Pour aujourd'hui je vous propose des pains pita, une spécialité grecque. Les pains pita sont des pains plats et ronds qui sont souvent garnis. Ce sont des pains très moelleux, vraiment délicieux et de plus très simple à réaliser ! Chez moi ils ont bien été appréciés !

Pour environ 6 pains

Ingédients:

500g de farine T55

2c. à soupe d'huile d'olive

30cl d'eau tiède

5g de sel

8g de levure de boulanger fraîche

Préparation:

Faites reposer la levure de boulanger et 20cl d'eau durant 10min dans un bol. Ajoutez 100g de farine et 1c. à soupe d'huile d'olive. Mélangez puis couvrez d'un linge humide. Laissez fermenter 30min à température ambiante.

Après ce temps, versez la préparation dans le bol d'un robot et ajoutez-y le reste d'eau tiède, le reste de farine et le sel. Pétrissez jusqu'à obtention d'une pâte souple et lisse. Formez une boule et mettez-la dans un saladier.

Badigeonnez la pâte du reste d'huile d'olive, couvrez d'un linge humide et laissez lever 1H30 à température ambiante.

Travaillez la pâte sur un plan de travail fariné en la repliant plusieurs fois sur elle-même. Divisez la pâte en six parts égales et aplatissez-les légèrement. Couvrez-les d'un linge humide à nouveau et laissez lever 15min.

Préchauffez le four à 240°C en plaçant une plaque de cuisson à l'intérieur de façon à ce qu'elle soit bien chaude.

Étalez les pâtons au rouleau à pâtisserie pour en faire des disques d'environ 3mm d'épaisseur. Laissez-les à nouveau reposer 30min entre deux linges farinés.

Aspergez la plaque du four d'eau, déposez trois pains sur une feuille de papier sulfurisé et faites glisser cette dernière sur la plaque de cuisson.

Enfournez pour 8 à 10min, jusqu'à ce que les pains soient légèrement gonflés et dorés. Sortez-les du four et recommencez l'opération avec les trois pains restants.

Servez chaud, tiède ou froid.