

PETITS PAINS AU LAIT TRADITIONNELS (POUR 12 PORTIONS)



LES INGRÉDIENTS

- 12g de levure de boulanger (ou 5,5 g de levure sèche)
- 180g de lait entier froid (et non du lait tiède !)
- 1 œuf (38g pour la pâte, le reste pour dorer les petits pains)
- 360g de farine T45
- 7g de sel
- 45g de sucre en poudre
- 80g de beurre doux



LE CONSEIL DE JULIE

- Ils sont parfaits pour y insérer une barre de chocolat ou à proposer avec un fruit.



LE PLUS DE LA RECETTE

- Les pains au lait se conservent très bien au congélateur. Ils peuvent être sortis le matin pour le goûter.



LES ÉTAPES DE LA RECETTE

- La veille, couper le beurre en morceau et laissez-le à température ambiante.

Le matin :

- Pétrir pendant 10min tous les ingrédients de la recette (sauf le beurre) dans un grand saladier ou dans la cuve de votre robot de cuisine.
- Ajouter le beurre progressivement jusqu'à ce que la pâte se décolle bien des parois.
- Verser la pâte sur votre plan de travail bien fariné. Elle doit être élastique, à peine collante et grasse.
- Faire une boule grossière, la placer dans votre saladier légèrement fariné, filmer et laisser reposer environ 1 h à température ambiante.
- À l'issue de ce temps, placer votre pâte à pain au lait au réfrigérateur quelques heures afin qu'elle soit froide pour la suite (2h minimum). La pâte devrait avoir presque doublé de volume.

L'après-midi :

- Sortir votre pâte à pain au lait du réfrigérateur. Rapidement dégazer votre pâte en appuyant dessus.
- Diviser votre pâte à pain au lait en 12 pâtons.
- Aplatir chaque morceau de pâte et replier les bords vers le centre. Retourner la pâte et former une boule uniforme en faisant tourner la pâte contre le plan de travail (fariner très légèrement si besoin).
- Une fois la boule formée, l'allonger légèrement pour approcher la forme d'un pain au lait.
- Déposer ensuite vos futurs pains au lait sur une plaque recouverte de papier sulfurisé.
- Faire reposer 1h30 vos pains au lait dans votre four juste avec la lumière allumée et un petit bol d'eau bouillante pour humidifier un peu l'enceinte du four.
- Dorer vos pains au laits délicatement avec le reste d'œuf battu.
- Préchauffer le four à 180°C puis mettre à cuire environ 20 min à 175-180 °C chaleur tournante.
- À la sortie du four, laisser refroidir sur grille.