

Pain Pita



Pour 6 personnes, préparation 30 minutes, temps de repos 1 heure, cuisson quelques minutes.

Ingrédients :



300 g de farine



6 gr de levure de boulanger



200 ml d'eau tiède



2 cuillères à café d'huile d'olive



6 gr de sel

Ustensiles :



Récipient



Balance



Bec Doseur



Bol



Rouleau à pâtisserie



Poêle

Recette :

La pâte :

1. Délayez la levure de boulanger déshydratée dans un bol avec l'eau tiède. Mélangez et laissez mousser environ 15 minutes.
2. Dans un récipient, versez la farine et le sel, mélangez.
3. Ajoutez la levure réactivée et mélangez le tout.
4. Saupoudrez de farine le plan de travail et y déposez la pâte.
5. Pétrissez la pâte 5-7 minutes environ, jusqu'à obtention d'une pâte lisse, homogène et élastique.
6. Enduisez le récipient d'huile d'olive et y déposez la pâte légèrement huilée en surface. Couvrez d'un film alimentaire.
7. Laissez lever la pâte jusqu'à temps qu'elle double de volume à température ambiante environ 1 heure.
8. Dégazez la pâte au poing pour chasser l'air.
9. Sur le plan de travail, divisez-la en 6 pâtons et aplatissez-les en galette ronde de 1 cm d'épaisseur environ. Farinez les puis couvrez les d'un linge.
10. Travaillez les pâtons à l'aide d'un rouleau à pâtisserie pour obtenir l'épaisseur de 5 mm. Veillez à toujours avoir de la farine sur le plan de travail.
Procédez par étape : étalez une première fois puis laissez reposer et passer au deuxième pâton. Revenez à l'étape 1 et étalez de nouveau. Ceci évitera à la pâte de rétrécir.

La cuisson :

1. Chauffez une poêle à feu vif. Graissez à l'aide d'un essuie tout huilé la surface de la poêle.
2. Déposez un pain pita sur la poêle et laissez cuire jusqu'à ce que des petites bulles timides apparaissent en surface.
3. Retournez le et poursuivez la cuisson quelques minutes en le retournant fréquemment. Le pita doit commencer à gonfler.
4. Retirez et enfermez chaque pain cuit dans un torchon propre au fur et à mesure de la cuisson.
5. Les pitas sont à consommer immédiatement après la cuisson, juste tièdes sinon pensez à les réchauffer.

Nous vous souhaitons une bonne dégustation !