

Pain galette express



🍴 8 portions · ⌚ prep. 15m · 🕒 cuisson 15m

🌾 gluten 🥛 lait

Pain moelleux express inspiré du batbout, cuit à la poêle sans matière grasse. Idéal pour accompagner un tajine.

Maghreb

INGRÉDIENTS

☐ farine	400 g	☐ graines de nigelle	1 cuil. soupe
☐ levure sèche instantanée	1 cuil. soupe	☐ eau tiède	150 ml
☐ sel fin	1 cuil. café	☐ semoule fine	
☐ yaourt nature	1		

PRÉPARATION

1. Dans un saladier, mélanger la *farine*, la *levure sèche instantanée*, le *sel fin*, le *yaourt nature* et les *graines de nigelle*.
2. Ajouter progressivement l'*eau tiède* et pétrir rapidement jusqu'à obtenir une pâte homogène.
3. Couvrir et laisser lever 5-10 minutes.
4. Diviser la pâte en 8 boules égales. Fariner le plan de travail avec de la *semoule fine* et aplatir chaque boule en disque de 8 à 10 cm de diamètre.
5. Cuire des deux côtés dans un *tajine en fonte* ou une poêle antiadhésive bien chaude, sans matière grasse.
6. Servir chaud.