



<http://www.goutetterroirs.com>

Petits pains au sésame et à la fève de cacao

Ingrédients pour 4 petits pains :

250 g de farine blanche, 150 g de farine de sarrasin, 100 g de farine de châtaigne, 1,5 c à café de levure de boulanger en cube ou déshydratée, 1 c à café de sucre roux, 300 ml d'eau tiède, 1 c à soupe de graines de sésame, 1 poignée de fèves de cacao moulues, 1 c à café de sel.

La recette :

Délayer la levure avec le sucre, le sel et l'eau.

Puis ajouter les différentes farines, les graines de sésames. Ecraser les fèves de cacao, ajouter puis pétrir la pâte pendant 5 min et former une boule. Laisser reposer 30 min.

Façonner la pâte en petites boules et laisser lever 30 min sous un torchon humide.

Préchauffer le four à 180°C et enfourner pour 20 min.

Laisser tiédir et déguster avec une bonne confiture ou une compote de fruits frais...



