THE J.M. SMUCKER Co

Pain pita avec épices Zaatar dans une poêle en fonte

Prep Time	Cook Time	Serves	Difficulty
30 mins	25 mins	8	N/A

Ingredients

- 1/2 c. à thé (2 ml) de sucre
- 1 tasse (250 ml) d'eau chaude
- 2 1/4 c. à thé (7 ml) de levure sèche active (1 sachet)
- 2 c. à thé (10 ml) de sel
- 1 c. à table (15 ml) d'huile d'olive, et davantage pour graisser le bol
- 2 tasses (500 ml) de farine à pain blanc de ménage Premier choix Robin Hood®
- 1/2 tasse (125 ml de farine à pain de blé entier Premier choix Robin Hood®
- 2 c. à thé (10 ml) d'huile d'olive, et davantage pour arroser
- 2 c. à table (30 ml) d'épices Zaatar*, ou plus au goût

Directions

Step 1:

Laisser dissoudre le sucre dans l'eau chaude dans un grand bol. Saupoudrer la levure. Laisser reposer 10 minutes, puis bien mélanger.

Step 2:

Ajouter le sel, l'huile d'olive, 1 tasse (250 ml) de farine blanche et ½ tasse (125 ml) de farine de blé entier. Battre à l'aide du batteur électrique jusqu'à l'obtention d'une texture lisse et élastique. Ajouter le reste de farine pour obtenir une pâte lisse qui ne colle pas aux parois du bol.

Step 3:

Renverser sur une surface farinée. Façonner une boule et pétrir jusqu'à la formation d'une pâte lisse et élastique. Graisser légèrement le bol d'huile d'olive et y déposer la boule de pâte. La tourner afin d'en recouvrir toute la surface d'huile. Couvrir d'une pellicule de plastique et laisser lever dans un endroit chaud jusqu'au double du volume, environ 1 heure.

Step 4:

Dégonfler la pâte en y enfonçant le poing. Renverser la pâte sur une surface légèrement farinée et la diviser en 8 portions égales. Entre-temps, faire chauffer 1 c. à thé (5 ml) d'huile d'olive dans une poêle en fonte de 10 po ou 12 po sur feu moyen vif. Enlever délicatement l'excédent d'huile à l'aide d'un papier essuie-tout afin d'avoir seulement une fine couche d'huile dans la poêle. Travailler un morceau de pâte à la fois et garder les autres couverts. Abaisser en un cercle de 9 po. Déposer dans la poêle chaude. Faire cuire jusqu'à l'apparition de bulles, jusqu'à ce que la pâte commence à gonfler, environ 30 secondes. Tourner et poursuivre la cuisson 1 à 2 minutes ou jusqu'à ce que le pain soit bien doré et gonflé. Répéter avec le reste de pâte. Au moment de servir, arroser les pitas chauds d'huile d'olive et les saupoudrer du mélange d'épices Zaatar.

Step 5:

*Le mélange d'épices Zaatar est un mélange traditionnel d'épices du Moyen-Orient fait de sumac séché, d'origan, de thym, de graines de sésame et de sel. On le trouve dans la section d'épices de la plupart des marchés d'alimentation et des dans les magasins de vrac.

Images

