

metro



Pâte à pizza

Évaluer cette recette ★ ★ ★ ★ ☆ 8 Votes

8 PORTIONS | 1:00 PRÉPARATION | 0:15 CUISSON | 1:45 TEMPS TOTAL

Ingrédients

30 ml Lait 2% m.g. (ou lait de soja)
(2 c. à soupe)

5 ml Sel
(1 c. à thé)

5 ml Cassonade
(1 c. à thé)

15 ml Huile d'olive extra vierge
(1 c. à soupe)

250 ml Eau chaude (32-37 °C / 90-100 °F, soit la
(1 tasse) température du corps)

1 pqt Levure sèche active

700 ml Farine non blanchie
(2 3/4 tasses)

Préparation

Dans un bol en verre ou en acier inoxydable, mélanger le lait avec le sel, le sucre, l'huile et l'eau chaude.

Saupoudrer la levure sur le mélange et couvrir d'une pellicule plastique.

Remplir l'évier au 1/4 d'eau à 32-37 °C/90-100 °F. Déposer le bol dans l'eau et l'y laisser pendant environ 10 min ou jusqu'à ce que le mélange ait doublé de volume.

Incorporer lentement 250 ml (1 tasse) de farine, puis ajouter graduellement le reste de farine et façonner en boule.

Pétrir la pâte dans le bol pendant 5 min.

Enfariner une surface de travail et y pétrir la pâte pendant encore 5 min. Façonner en boule et remettre dans le bol. Couvrir d'un linge propre.

Remplacer l'eau de l'évier avec de l'eau chaude (32-37 °C / 90-100 °F) et y remettre le bol. Laisser gonfler la pâte pendant 30 min.

Source : Veggie Cuisine

Mentions légales

Metro Richelieu inc., ses compagnies affiliées et ses filiales

Au besoin farine, pour le pétrissage

n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.
