



## Pain pita

- Rapide, économique et délicieux !
- Vous pouvez aussi étaler la pâte bien fine, pour
- obtenir des wraps (galettes fines, qu'on peut
- garnir et rouler).
- 
- 

### MATÉRIEL

- Balance
- Verre mesureur
- Saladier
- Poêle
- Torchon



### INGRÉDIENTS

Pour 5 pains

300 g de farine

5g levure de boulanger déshydratée

6g de sel

1 pincée de sucre

200 ml d'eau tiède

1 cuillère à café d'huile d'olive



### LES ÉTAPES

1. Diluer la levure de boulanger dans l'eau tiède avec une pincée de sucre. Mélanger et laisser mousser 10 minutes. Mélanger la farine et le sel dans un saladier puis ajouter l'eau avec la levure.
2. Mélanger pour obtenir une boule. Mettre la boule sur le plan de travail et pétrir 5 minutes, jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse et homogène. Huiler la boule et couvrir d'un torchon humide.
3. Laisser lever 30 minutes minimum dans un endroit chaud. Diviser la pâte en 5 après avoir chassé l'air, puis étaler chaque boule avec un rouleau à pâtisserie pour obtenir des petits pains d'environ 10 cm de diamètre.
4. Faire cuire dans une poêle anti-adhésive chaude sans matière grasse, couvrir 3 à 5 minutes de chaque côté.

**RECETTES**

**ÉCRITES**

les carnets d'agnès

**PAR :**

