



PAIN PITA

Rapide, économique et délicieux !

Ingrédients

Pour 5 pains

- 300 g de farine
- 5 g de levure de boulanger déshydratée
- 6 g de sel
- 1 pincée de sucre
- 200 ml d'eau tiède
- 1 cuillère à café d'huile d'olive

Temps

- ✓ 45 minutes de préparation
- 15 minutes de cuisson

Matériel



1 poêle



1 balance



1 saladier

Préparation

- Diluer la levure de boulanger dans l'eau tiède avec une pincée de sucre, puis mélanger et laisser mousser 10 minL
- Mettre la farine et le sel dans un saladier, mélanger bien et ajouter l'eau et la levure.
- Mélanger pour obtenir une boule et la pétrir pendant 5 min jusqu'à obtention d'une pâte lisse et homogène.
- Huiler et couvrir avec un torchon humide et laisser lever 30 min dans un endroit chaud.
- Diviser la pâte en 5 et faire des petits pains d'environ 10 cm de diamètre.
- Faire cuire dans une poêle sans matière grasse 3 à 5 min de chaque côté et couvrir.

Astuce

Vous pouvez aussi étaler la pâte plus finement pour obtenir des wraps (galettes fines à garnir et rouler).