



les bonnes recettes de Marithé

Kouign-amann de fanch SANS OEUFs

PRÉPARATION : 15 mn

POUSSÉE DE LA PÂTE : 1 heure

CUISSON : 20 mn

INGRÉDIENTS

- 300 g de farine de blé,
- 15 g de levure de boulanger fraîche,
- 1 verre (18 cl) d'eau tiède (1 cuil. à soupe = 2 cl),
- 250 g de beurre demi-sel d'excellente qualité, ramolli,
- 250 g de sucre,
- 1 cuillère à café rase de sel.

INSTRUCTIONS

- Délayer la levure dans l'eau tiède et laisser gonfler 10 mn, puis verser sur la farine dans une jatte, ajouter le sel.
- Mélanger et battre cette pâte à la main pendant 5 à 10 mn. Couvrir la jatte d'un linge et laisser lever la pâte 1 heure dans un endroit tiède, jusqu'à ce qu'elle double de volume.
- Préchauffer le four sur thermostat 7 ou 220°.
- Fariner le plan de travail, y étendre la pâte à la main sur environ 2 cm d'épaisseur. Poser 200 g de beurre et 200 g de sucre au centre et ramener les bords de la pâte pour enfermer le tout.
- La poser alors dans un moule à tarte (de préférence en porcelaine à feu) et ramener à nouveau les bords de la pâte en appuyant avec le poing sur le centre. On a ainsi une petite déclivité au milieu de la pâte.
- Ramollir 50 g de beurre jusqu'à ce qu'il soit presque fondu et le couler sur la pâte. Saupoudrer de 50 g de sucre et enfourner sur la grille du four.
- Glisser en dessous la lèche-frite, remplie d'eau. Faire cuire 20 mn.
- L'eau dans le four créera une chaleur humide, ce qui donnera un Kouign-Amann moelleux à souhait.

Recette élaborée par
Mme Marie-Thérèse ROTH



Service de
Médecine Interne,
Immunologie Clinique
et Allergologie
Hôpital Central
29, Av. de Lattre de Tassigny
54035 NANCY Cedex