

BRIOCHE AU PARMESAN ET À L'AIL DES OURS



Ingédients pour 8 Ø7cm

Ingédient	Quantité
Feuilles d'ail des ours	8 grandes
Lait	45 gr
eau	45 gr
Parmesan	180 gr (en bloc)
Oeufs	3
poivre noir fraîchement moulu	1 càc
sel	0 càc
Huile d'olive	80 gr
levure boulangère déshydratée	1 càc
farine	350 gr

Préparation

1. Hacher finement au couteau les feuilles d'ail des ours. Râper le parmesan (râpe à petits trous).

2. Dans le bol du robot, muni du fouet, mettre les oeufs avec le poivre et le sel, fouetter à vitesse moyenne en ajoutant l'huile, quand la préparation est mousseuse ajouter le parmesan râpé et l'ail des ours, fouetter encore.

3. Remplacer le fouet du robot par le crochet à pétrir, ajouter la farine et la levure dans la cuve, mettre en route à vitesse moyenne, en versant doucement l'eau puis le lait, laisser pétrir 10 minutes, la pâte doit être homogène. Couvrir le bol et laisser doubler de volume (\pm une heure).

4. Tapisser de papier cuisson 8 cercles en inox de Ø7cm, en laissant dépasser le papier plus haut.

Brioche au Parmesan et à l'ail des ours - révision 0

<https://cuisinesauvage.org/recipe/brioche-parmesan-a-lail-ours/>

Page 1 / 2

CC BY SA Cuisine Sauvage ASBL,
2015-2026

Saupoudrer le plan de travail de farine. Dégazer la pâte (à l'aide d'une corne) et la verser sur le plan de travail. Mettre en boule et, au couteau, diviser en 8 parties égales. En roulant la pâte avec le creux de la main, former des petites boules et les déposer dans les cercles.

5. Laisser de nouveau pousser ± 1 heure, les brioches doivent doubler de volume.

6. Préchauffer le four à 180°

7. Dès que la pâte a doublé de volume, badigeonner délicatement le dessus avec un peu de lait (à l'aide d'un pinceau). Enfourner pour 17 minutes. A la sortie du four attendre 5 minutes avant de démouler puis déguster tiède ou froide (le lendemain, coupée en tranches épaisses, toastée et tartinée de fromage fais, c'est à se damner)
