

# Pain cocotte au sarrasin

Bonjour à toutes et tous,

Vous avez dû le remarquer sur le blog, faire de la boulange n'est pas dans ma routine cuisine. Non pas que je ne sais pas le faire, mais j'ai toujours du mal à caler les temps de pousse et leurs aléas dans les plannings d'activités du week-end. Néanmoins, à l'occasion de jours plus posés – ou alors de la volonté de me défouler après une semaine compliquée au travail -, parfois l'envie me prends et me voici à sortir quelques pains et brioches maison.

Un « classique » du côté des pains est le pain cuit en cocotte, celui où l'on ne se pose pas trop d'états d'âmes coté cuisson. Mes gourmands l'aiment bien, il est moelleux et est facilement savoureux si l'on dispose de bonnes farines. Une variante que l'on apprécie beaucoup est une version au [sarrasin](#). Le sarrasin seul n'est pas panifiable mais mélangé avec de la farine de blé, on peut l'utiliser pour préparer de délicieux pains au goût rustique. Ils sont plus compacts que les pains classiques, mais se dégustent seuls en gourmandise ou se marient très bien à toute garniture sucrée ou salé.

Je voulais donc vous proposer la recette de ce pain cocotte sarrasin. Cela peut peut-être vous donner une idée pour varier les pains maison. De plus, il me semble qu'il y a quelques amateurs / amatrices de sarrasin dans le coin ( comme moi ^^) donc peut être cela pourrait vous amuser. Bon début de semaine!





- PAIN COCOTTE  
AU SARRASIN -

# Recette : Pain cocotte au sarrasin

Saison de la recette : Toute l'année

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes

---

## Ingrédients

Pour 1 pain de 6 personnes :

- 200 g de farine de sarrasin
- 300 g de farine de blé
- 8 g de sel
- 320 ml d'eau
- 12 g de levure de boulangerie sèche (1 sachet) ou 20-25g de levure de boulangerie fraîche

## Réalisation

- Délayez la levure de boulangerie dans 50 ml d'eau tiède et 50g de farine. Laissez reposer un bon quart d'heure.
- Dans le bol de votre robot ou sur le plan de travail, disposez les deux farines et le sel. Mélangez puis formez un puits.
- Ajoutez le levain et mélangez. Incorporez

progressivement l'eau de manière à amalgamer la pâte, puis pétrissez pendant 8-10 minutes, jusqu'à avoir une pâte homogène et qui se détache du plan de travail.

- Disposez dans un saladier, couvrez d'un torchon et laissez reposer une heure ou jusqu'à ce que cela double de volume.
- A l'issue de ce temps, dégazez la pâte, formez une boule, puis disposez dans la cocote préalablement recouverte de papier cuisson.
- Laissez reposer au moins une heure / jusqu'à ce que cela double de volume.
- A l'issue de ce temps, dessinez des croisillons puis fermez la cocote. Enfournez à 240°C en partant à froid. Laissez cuire 45 minutes (sans ouvrir la cocotte).

Laissez bien refroidir avant de déguster ce pain cocotte sarrasin.

---

#### **Astuces :**

- Utilisez de préférence une cocote ronde. Dans une ovale (comme j'ai), le pain aura tendance à s'étaler et être un peu plus plat.
  - Ne montez pas la quantité de sarrasin (même si vous adorez cela), le pain aura trop de mal à s'aérer et sera trop compact après cuisson.
-