

# Soda Bread

Bonjour à toutes et tous,

C'est une recette « à connaître » et venue d'Irlande que j'aimerais relayer ici, et avec l'approche de la Saint Patrick

La boulange est une des branches de la cuisine que j'ai du mal à explorer. Gérer une pâte levée et son côté aléatoire en fonction de la météo fait qu'il m'est assez difficile de m'organiser et donc d'insérer cela dans le flux d'activité des week-end. Alors ce n'est qu'avec parcimonie, les jours de grande motivation ou de vrai mauvais temps que je m'y confronte. Mais il y a peu, je crois avoir trouvé LA recette pour réussir du pain en toute saison.

Pour l'anecdote, un matin tôt, je traînais sur le site de [recette de la BBC](#), en quête de recettes d'outre manche amusante à faire pour mes gourmands. La Saint Patrick approche et je pensais que leur sortir une recette associée à l'Irlande permettrait de changer. C'est alors que je suis tombée sur la(leS) recette(s) de **soda bread**, un pain sans levure. Il tire son nom « soda » nom de la boisson mais du bicarbonate de soude (« soda » en anglais). La recette basique ([lien ici](#)) (comme beaucoup de blogs français l'ayant testé) promettaient un pain moelleux dedans, croustillant dessus, et préparé en 15 minutes.

Toutes ces qualités m'a poussé à essayer. Et je confirme ces qualités. La préparation est enfantine (Il est plus dur de trouver où le lait fermenté est rangé dans votre magasin favori). Le résultat joli en visuel, moelleux dedans et croustillant dehors. Côté saveur, on ne sent très très légèrement le côté fermenté, ce qui ne dérangera personne. Pour dépanner si on a pas le temps d'aller chercher le pain où si on veut épater la galerie avec du main maison, c'est la recette parfaite. Je voulais donc relayer la recette du soda bread ici. J'espère que cela vous sera utile. Bonne journée !

- SODA BREAD -



## Recette : Soda Bread

Saison de la recette : toute l'année

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes

### # Ingrédients

Pour 6 personnes :

- 500g de farine (ou un mélange 250g de farine de blé complète et 250g de farine de blé fine)
- 410 ml de lait fermenté
- 1/2 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à café de bicarbonate alimentaire

### # Réalisation

- Dans un saladier ou sur le plan de travail, placez la farine, sel, bicarbonate . Mélangez.
- Incorporez progressivement le lait fermenté et pétrissez jusqu'à obtenir une pâte homogène.
- Formez une boule et placez-la sur une feuille de papier cuisson. Incisez (assez fortement) la pâte à l'aide d'un couteau à pain pour former un « X ».
- Enfournez à 200°C pour 45 à 55 minutes. Le soad bread doit être coloré.

### Astuces :

- Pour obtenir un pain plus raffiné et sucré, vous pouvez ajouter des raisins secs, 1 œuf, un peu de beurre.
- Pour le bicarbonate de soude, prenez bien du bicarbonate alimentaire
- *Conservation* : 2 à 3 jours dans la miche à pain.



© Au Fil du Thym

Soda Bread entier