

+++ Pain aux poires

Paun cun païra

Macération: env. 12 h
Mise en place et préparation: env. 45 min
Levage: env. 1 h
Cuisson au four: env. 35 min
Pour 2 pièces d'env. 600 g

Masse aux fruits secs

400 g de poires séchées
(«Speckbirnen»), tiges
retirées, en morceaux
150 g de figues séchées, en tranches
2 dl d'eau de vie de fruits

laisser macérer tous les ingrédients
env. 12 h à couvert dans un bol, mélanger
de temps en temps, réduire en
purée par portions au hachoir électrique

100 g de raisins secs foncés
50 g de cassonade
1 c. à soupe de condiment pour pain
aux poires*

incorporer tous les ingrédients, réserver
à couvert

Pâte levée

250 g de farine bise
1 c. à café de sel
¼ de cube de levure (env. 10 g), émietée
env. 1¾ dl d'eau

mélanger tous les ingrédients dans un
bol

ajouter, pétrir en pâte molle et lisse.
Laisser doubler la pâte env. 1 h à couvert
à température ambiante

100 g de noisettes, grossièrement
hachées, grillées

ajouter, pétrir en pâte uniforme

Façonnage: couper la pâte en deux, façonner avec les mains mouillées
2 pains longs, poser sur une plaque chemisée de papier cuisson.

Cuisson: env. 35 min au milieu du four préchauffé à 200°C. Sortir du four,
laisser refroidir sur une grille.

Suggestion

Servir avec du fromage de montagne des Grisons, du fromage de chèvre
ou du beurre.

Conservation: emballé dans du film alimentaire, au réfrigérateur,
env. 1 mois.

Par 100 g: lipides 6 g, protéines 5 g, glucides 58 g, 1411 kJ (337 kcal)

* Le condiment pour pain aux poires est un mélange finement moulu de gingembre,
cardamome, coriandre, macis, girofle et cannelle. Les proportions varient selon le fabri-
cant et la provenance. Conservation: env. 12 mois.

Grisons

