

# 12 pains aux graines

## Ingrédients

500g de farine  
1 sachet de levure gourmandise  
320g d'eau  
Graines de sésame, de pavot

## Préparation

Mélanger la farine, la levure, le sel et l'eau.  
Travailler la pâte 5mn.  
Laisser reposer 20mn.  
Diviser la pâte en 12 morceaux.  
Dans un récipient, mettre un peu d'eau.  
Mouiller chaque petit pain.  
Garnir avec des graines.  
Laisser reposer 30mn.  
Cuire 15 à 20mn à 240°C puis 10mn à 200°C.

## BON APPÉTIT

*Cathy Bernardara*

