



COURONNE DE PÂQUES TRESSÉE

45 MIN.
DE PRÉP.

3 H 20 MIN.
EN TOUT

242 KCAL
PAR 100 G

① Sans lactose | Lipides: 11 g, Glucides: 23 g, Protéines: 11 g par 100 g

IL VOUS FAUT POUR 1 PAIN

Pâte

500 g	farine d'épeautre claire
1 ½ cc	sel
½ dé	levure (env. 20 g) émiettée
3 dl	eau
2 cs	huile d'olive

Œufs

2 litre	eau
2 cs	cochenille
8	œufs
½ cs	huile d'olive

Façonnage

150 g	lard paysan entier, découenné et coupé en lardons
2 cs	feuilles de thym
1	œuf battu

VOICI COMMENT FAIRE

Pâte

Dans un récipient, mélanger la farine, le sel et la levure. Ajouter l'eau et l'huile, pétrir le tout en une pâte souple et lisse. Couvrir et laisser lever env. 1 h ½ à température ambiante, jusqu'à ce que la pâte double de volume.

Œufs

Porter à ébullition l'eau avec le colorant puis faire frémir pendant env. 5 min. Plonger les œufs dans l'eau, les faire cuire env. 1 min., les égoutter, les sécher puis les badigeonner d'huile.

Façonnage

Incorporer les lardons et le thym à la pâte. Diviser celle-ci en 2 puis façonner 2 rouleaux d'env. 60 cm de long. Tresser les brins de pâte puis joindre les extrémités pour former une couronne. Poser cette dernière sur une plaque chemisée de papier cuisson. Ecarter légèrement les brins de pâte afin de pouvoir y caler les œufs. Couvrir et laisser lever env. 30 min. à température ambiante. Badigeonner la pâte d'un peu d'œuf.

Cuisson

Faire cuire la couronne env. 35 min. dans le bas du four préchauffé à 200 °C. La sortir du four et la laisser refroidir sur une grille.

BON À SAVOIR



Bon à savoir:

La cochenille est un colorant tiré de la femelle d'un insecte du même nom, originaire d'Amérique centrale et du Sud. Ce colorant est en vente dans les pharmacies Coop Vitality.



Retrouvez la recette sur:

fooby.ch/fr/recettes/17750/