



## NAAN (PAIN GALETTE INDIEN)

30 MIN.  
DE PRÉP.

2 H  
EN TOUT

222 KCAL  
PAR PIÈCE

① Végétarien | Lipides: 8 g, Glucides: 32 g, Protéines: 6 g par pièce

### IL VOUS FAUT POUR 8 PIÈCES

#### Pâte

|        |                                |
|--------|--------------------------------|
| 350 g  | de farine blanche              |
| 1 cc   | de sel                         |
| 1 cc   | de sucre                       |
| 1 ½ cc | de levure sèche                |
| 2 cs   | de beurre fondu                |
| 1 dl   | d'eau                          |
| ½ dl   | de lait                        |
| 75 g   | de yogourt à la grecque nature |

#### Naan

|      |                      |
|------|----------------------|
| 2 cs | de beurre fondu      |
| 1    | gousse d'ail écrasée |

### VOICI COMMENT FAIRE

#### Pâte

Dans un récipient, mélanger la farine, le sel, le sucre et la levure. Mélanger le beurre fondu encore chaud avec l'eau, le lait et le yogourt, ajouter le mélange à la farine et pétrir le tout en une pâte souple et lisse. Couvrir et laisser lever env. 1 h 30 à température ambiante.

#### Façonnage

Diviser la pâte en 8 portions, former des boules et abaisser chaque boule sur un peu de farine en un ovale d'env. ½ cm d'épaisseur en veillant à ce que les bords soient un peu plus épais. Préchauffer le four à 60 °C.

#### Naan

Mélanger le beurre et l'ail. Faire chauffer une poêle antiadhésive et y faire cuire les pains galettes successivement pendant env. 3 min. jusqu'à ce que des bulles se forment à la surface. Retourner les pains galettes, poursuivre la cuisson env. 2 min., les sortir, les badigeonner de beurre à l'ail et les réserver au chaud dans le four.

#### BON À SAVOIR



Retrouvez la recette sur:

[fooby.ch/fr/recettes/16748/](https://fooby.ch/fr/recettes/16748/)