

Chapati pain traditionnel nord indien

Recette pour 4 personnes

Description

Pain plat typique du nord de l'Inde servi avec les curry.

L'astuce du chef

Pour savoir si vous avez assez pétri, enfoncez un doigt dans la pâte, il faut que celle-ci remonte immédiatement, indication que le gluten s'est bien développé.

Ingrédients

Pour le chapati

- 125 Ml Eau
- 1 Pincée(s) Sel
- 230 Gr Farine de blé entier

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**

Préparation des chapatis

Dans un bol, mélangez la farine avec l'eau et le sel. Ajoutez plus d'eau si nécessaire afin d'obtenir un boule de pâte homogène. Pétrissez la pâte pendant environ 10 minutes. Formez de petites boules de pâte et aplatissez-les à l'aide d'un rouleau à pâte pour obtenir de fins disques. N'oubliez pas de bien saupoudrer les chapati de farine si vous les empilez avant cuisson afin d'éviter qu'ils collent. Dans une poêle antiadhésive, faites cuire les chapati un par un à feu moyen jusqu'à ce que de grosses bulles se forment et que quelque petits points brun apparaissent. Tournez le chapati et répétez l'opération sur l'autre face. Servez immédiatement.

Bon appétit!