

Kouign, le pancake breton

écrit par Pariseyn | 12 août 2024



Rien à voir avec le célèbre kouign-amann. Il s'agit plutôt d'une sorte de [pancake](#) breton, de composition un peu différente, mais meilleure que la version américaine. En effet, le résultat est plus aéré et plus moelleux. Si l'on souhaite les préparer pour le petit déjeuner, il faudra compter avec 2, ou mieux 3 heures de repos avant cuisson. Mais on peut aussi préparer la pâte la veille, la laisser lever 1 heure à température ambiante, puis la mettre au réfrigérateur pour la nuit. Le lendemain, on la laisse à nouveau 1 heure à température ambiante avant de cuire les kouigns.

Ingrédients, pour une dizaine de kouigns :

250 g de farine de gruau T45 « Ma farine de gruau Francine »
12,1% de gluten

250 g de lait entier (ou $\frac{1}{2}$ écrémé)

3 œufs (165 g)

100 g de sucre en poudre

10 g de levure fraîche

4 g de sel de mer non traité

La pâte se prépare facilement à la main.

Dans un saladier, ajouter le lait et la levure fraîche émiettée. Remuer au fouet pour la dissoudre.

Ajouter les œufs et battre l'ensemble.

Ajouter le sucre, le sel et la moitié de la farine.

Remuer énergiquement pour éviter les grumeaux jusqu'à ce que toute la farine soit absorbée.







Ajouter le reste de la farine et remuer jusqu'à obtention d'une mélange homogène sans grumeaux.

Couvrir et laisser reposer la pâte au moins 2 heures (3 heures pour moi) à température ambiante (25 °C ce jour-là).



Faire chauffer une poêle ou une crêpière à feu moyen (position 6 sur 9 de ma plaque à induction).

Ajouter une noisette de beurre et déposer une louche de pâte quand le beurre est chaud.

Lorsque le dessus du kouign fait des bulles (environ 2 minutes), retourner avec une spatule pour faire cuire l'autre face (environ 1 minute).





Empiler les kouigns sur une assiette et recouvrir d'une feuille de papier aluminium pour les conserver au chauds et préserver leur moelleux.

