

Naan

écrit par Pariseyn | 20 juillet 2016



Une recette de Gontran Cherrier.

Ingrédients, pour 4 grands naans ou 8 petits :

Pour le ghee (beurre clarifié) :

250 g de beurre doux

1 pincée de curcuma

Pour la pâte :

200 g de farine T45 Géant Casino, 11 % de gluten*

1 cuillère à café de sucre (environ 5 g)

10 g de levure fraîche ou 4 g de levure sèche instantanée

7 g de levure chimique

35 g (2 cuillères à soupe) de yaourt ou de fromage blanc 2,8%

4,5 g de sel fin

28 g (3 cuillères à soupe) de ghee ou d'huile de tournesol

8 portions de fromage fondu type La Vache qui rit® ou équivalent

15 cl d'eau tiède

Préparation du ghee :

Dans une poêle creuse ou une casserole, faire fondre le beurre avec le curcuma à feu doux pendant 15 à 20 minutes, en remuant de temps en temps avec une cuillère en bois : le mélange va mousser avec une écume blanche au début qui se colorera peu à

peu. Arrêter la cuisson dès qu'apparaît un dépôt marron au fond du récipient. Filtrer la préparation dans une mousseline et verser dans un bocal hermétique. Vous pouvez conserver le ghee ainsi plusieurs mois à température ambiante.

Préparer la pâte :


Dans un saladier, délayer la levure de boulanger et le sucre dans les 15 cl d'eau tiède. Ajouter la moitié de la farine. Travailler la pâte 5 minutes au fouet danois afin d'obtenir une préparation homogène. Couvrir avec un linge et laisser lever la pâte pendant $\frac{1}{2}$ heure (doublement).

Ajouter le yaourt, la levure chimique, le reste de la farine, le sel et trois cuillerées à soupe de ghee (ou d'huile) et retravailler la pâte pendant 5 minutes. Faire à nouveau reposer pendant $\frac{1}{2}$ heure après avoir couvert la pâte.

Peser la pâte et couper en 8 morceaux égaux.

Façonner des boules en repliant les bords vers le centre.

Étaler le pâton sur un plan de travail bien farinée en lui donnant une forme vaguement ronde. Déposer le fromage coupé en fines tranches au centre. Ramener les bords au centre, bien les souder entre les doigts et étaler à nouveau la pâte au rouleau, en procédant par appui successifs au début. Veiller à bien fariner, dessus et dessous pour éviter que le pâton adhère.

 Faire chauffer une poêle à feu vif (position 8 sur 9 de ma plaque à induction) et l'enduire très légèrement de ghee. Faire cuire les naans 2 minutes de chaque côté.



Empiler les naans sur une assiette au fur et à mesure de leurs cuissons et couvrir d'un torchon propre ou d'un papier aluminium pour éviter le dessèchement.



Si l'on souhaite des naans nature, il suffit de ne pas ajouter le fromage. Juste donner une forme ronde au pâton, et continuer la procédure.

On peut aussi les parfumer avec des feuilles de coriandre fraîches.

Note * : pour une farine plus pauvre en gluten, il faudra augmenter sa quantité. J'ai du aller jusqu'à 250 g d'une farine T55 « tous usages » Francine ayant un taux de gluten de 9,4% au lieu des 200 g de la farine Casino de 11% de la recette.