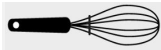


Recette du Lab CULINAIRE



Temps de préparation : 20 mn



Temps de cuisson : 1h15

Le pain d'épices

Le pain d'épices est sans doute l'une des gourmandises qui vous rappellent le plus votre enfance. Nous vous proposons de découvrir ici la recette du pain d'épices au miel pour vous faire plaisir sans avoir besoin d'être un as de la pâtisserie.



Ingrédients

150 g de miel
250 g de farine de blé
100 g de sucre en poudre
1 sachet de levure chimique
1 sachet de sucre vanillé
1 c. à café d'anis vert
1 c. à café de muscade râpée
1 c. à café de cannelle en poudre
1 c. à café de quatre épices
2 œufs
10cl de lait

La recette

Pour 6 personnes

1. Préchauffez le four à 160°C (th. 5/6).

Dans un saladier, placez la farine de blé, la levure chimique, les deux sucres, l'anis vert, la muscade râpée, la cannelle et le gingembre. Mélangez à l'aide d'une cuillère en bois.

2. Dans une casserole ou au micro-ondes, selon votre préférence, faites chauffer le miel. Versez-le bien chaud sur le mélange de farine, de sucre et d'épices. Remuez à nouveau et incorporez petit à petit les œufs entiers. Puis versez peu à peu le lait juste tiède pour amalgamer le tout. Mélangez jusqu'à obtenir une pâte à gâteaux lisse et homogène, ni trop liquide et ni trop épaisse. N'hésitez pas à réajuster le mélange avec de la farine ou du lait.

3. Versez la préparation dans un moule à cake bien beurré et fariné. Vous pouvez aussi utiliser un moule en silicone sans matière grasse. Enfourez votre pain d'épices au miel et laissez-le cuire pendant 1 heure à 1h15. Pour savoir si votre pain d'épices est bien cuit, plantez-y un couteau. La lame doit ressortir sèche.

4. Lorsqu'il est totalement refroidi, démoulez le pain d'épices puis réservez-le au moins 24 heures avant de le déguster.

Le pain d'épices se conserve sans problème une semaine, enveloppé dans du papier aluminium. Il restera ainsi bien gourmand et moelleux.

