

# Brioche Butchy healthy au companion

## INGRÉDIENTS :

- 25g de levure fraiche (très important que ce soit de la fraiche)
- 100g de lait
- 500g farine blanche de grand épeautre (on peut utiliser la farine de blé classique mais c'est moins healthy)
- 80g de sucre de canne
- 1 cc de sucre vanillé
- 2 oeufs
- 200g de fromage blanc 0% dans mon cas
- 1 cc sel

## RÉALISATION :

- Mettre le couteau pour pétrir dans la cuve
- Mettre la lait et la levure à 37° vitesse 4 pendant 3 min
- Ajouter la farine, le sucre, le sucre vanillé, les oeufs, le fromage blanc et le sel
- Lancer le programme pâte P2
- Laisser la pousse automatique pendant 40min
- Rajouter 20min de pousse à 30° vitesse 0
- Dégazer
- Façonner 8 boules équivalentes
- Les mettre dans un moule chemisé d'un papier cuisson
- Enfourner à four froid
- Faire chauffer à 160 et cuire pendant 25/30min



*BE HAPPY BE PINK*

---