

Brioche filante sans beurre au Companion

BONJOUR À TOUS !

Je vous partage ma recette de brioche sans beurre au companion, j'ai adapté la recette de la célèbre brioche filante avec le robot companion de moulinex !

Ma version est sans beurre et avec de la stévia pour enlever le sucre, pour faire une brioche gourmande mais saine et healthy !

INGRÉDIENTS :

- 500 g de farine blanche de grand épeautre
- 250 ml de lait écrémé (0% de MG c'est mieux) ou lait végétal



- 1 œuf
- 1 jaune d'œuf + 1 cs de lait (pour dorer) (facultatif)
- 25 g de stévia (spécial pâtisserie)
- 2 sachets de levure boulanger (pour ma part je prend la maïzena spécial machine à pain)
- 1 pincée de sel
- 80g d'huile de coco solide (il ne faut pas la faire fondre sinon la pâte ne sera pas maniable)
- 2 cc d'arôme de vanille

RÉALISATION :

- Dans le bol, avec le couteau pétrisseur, verser le lait et mettre la levure. Faire



chauffer vitesse 5 à 30° pendant 3 min.

- Ajouter ensuite l'oeuf, le beurre, la stevia, la farine, le sel et la vanille. Lancer le programme pâte P2.
- A la fin du programme le companion se met en étuve de lui même (si ça c'est pas le top?!), je laisse faire les 40 min puis je rajoute 40 min à 30° (sans vitesse) pour prolonger la pousse (la pâte doit doubler de volume).
- Préchauffer le four à 180°.
- Une fois la pousse finit, je fait 4 boules avec la pâte que je dispose dans un moule avec du papier cuisson, je laisse pousser environ 30 min voir 1 h si j'ai le temps, je dore avec le jaune et le lait.
- J'enfourne pour 20 min environ en mettant juste le bas du four qui chauffe et je mets chaleur tournante à la fin pendant 5 min.



A BIENTÔT POUR UN NOUVEL ARTICLE !

BE HAPPY BE PINK
