

# Brioche healthy sans beurre roulé à la pâte à tartiner 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% ou non
- 1 cc sel
- 4 carreaux de chocolat découper en pépites
- 200g de [Pâte à tartiner maison](#) (cliquer dessus pour la recette)

## 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
- Prendre les 2/3 de la pâte pour la brioche
- Etaler la pâte pour la brioche sur le plan de travail en rectangle
- Découper au couteau 8 grand rectangles et étaler la pâte à tartiner dessus



- Rouler les rectagles et les déposer dans un moules à brioche recouvert d'un papier cuisson
- Laisser pousser encore 45min minimum
- Avant d'enfourner parsemer les pépites de chocolat
- Enfourner à four froid
- Cuire pendant 25min à 160°



- Avec le tiers qui reste façonner 3 briochettes
- Enfourner les briochettes four froid pendant 15min à 160°



**BE HAPPY BE PINK**

---