Tuto Cuisine

Recette des mustacei ou petits pains de Caton

INGREDIENTS

Pour réaliser cette recette de cuisine romaine, il vous faudra :
- 500g de farine de blé ou de seigle
- 100g de brousse ou fromage de brebis frais
- 25cl de jus de raisin blanc de préférence ou du moût de ce raisin
- deux cuillères à café de bicarbonate ou 10g de levure boulangère (soit 2 sachets)
- de la graisse, cela peut-être du saindoux, du beurre (80g) ou comme nous de l'huile d'olive (15cl) en remplacement
- une cuillère à café du sel

vous pouvez ajouter (recette d'origine) :
- du cumin
- de l'anis
- des feuilles de laurier à mettre autour ou sous les petits pains (à retirer après cuisson)

ETAPE 1 : Bien commencer !
La préparation est plutôt simple :
- mettre la levure ou le bicarbonate dans le jus ou le moût de raisin (peut-être fait la veille),
- mélanger tous les ingrédients dans un récipient et pétrir la pâte obtenue,
- laisser reposer au moins deux heures à température ambiante.

ETAPE 2 : Deux heures après
- repétrir un peu, faire de petites boules et les aplatir légèrement puis les poser sur votre plaque de cuisson,
- dessiner une croix sur chaque pain, avec un couteau ou un instrument plat, ce qui les fera ressembler aux pains retrouvés à Pompei.

Il est fort probable qu'à l'origine, ces pains ou plutôt gâteaux étaient beaucoup plus petits ce qui permettait de les entourer d'une feuille de laurier.

ETAPE 3 : Une heure plus tard
- ne pas oublier de préchauffer votre four à 180 ou 220°C,
- enfourner vos pains pendant une demi-heure à 180°C ou vingt minutes à 220°C.

ETAPE 4 : Fin de cuisson
- retirer vos petits pains,
- laisser refroidir.

Et voilà, vos petits pains sont prêts à être dégustés.
Bon appétit !

A VOUS DE JOUER !