

Batbouts, petits pains marocains à la semoule

Pour obtenir une dizaine de batbouts, mélanger :

- * 3 g de **levure de boulanger** sèche ou 8 g de levure de boulanger fraîche
- * 3 g de **sucré** blanc
- * 160 g d'**eau** tiède (30 à 35 degrés)

Mélanger et laisser reposer quelques minutes.

Pendant ce temps, mélanger :

- * 150 g de **farine** T65
- * 100 g de **semoule de blé** fine ou extra-fine (celle que l'on utilise pour les gâteaux de semoule et non pas la semoule de couscous)
- * 3 g de **sel**.

Ensuite, réunir le mélange sec farine et semoule avec le mélange eau, lait et levure.

Pétrir 10 à 12 minutes en rabattant, dans le saladier, la pâte sur elle-même avec une main, en se mouillant la main quand la pâte devient trop collante. On peut, pour cela, garder un peu du mélange liquide, à verser sur ses doigts au fur et à mesure ou utiliser de l'eau du robinet. Ce n'est pas grave si on rajoute un peu de liquide et si la pâte est trop molle, ça rendra au contraire le pain plus moelleux, mais la pâte plus difficile à manipuler après la levée.

Déposer la pâte dans un saladier, la couvrir et la laisser lever une heure à une heure et demie dans le four à 30 degrés.

Regrouper la pâte au centre du saladier avec une cuillère à soupe en métal (matière qui ne colle pas trop aux pâtes molles) puis se mouiller les mains, la diviser en petites boules de 3 à 4 cm de diamètre et les rouler dans la semoule.

Les déposer sur un papier cuisson en les aplatissant pour obtenir de petits disques de 6 à 8 cm de diamètre et 1 à 1.5 cm de haut.

Les couvrir d'un torchon et les laisser encore lever 30 minutes à température ambiante.

Faire chauffer une poêle à crêpes sans matière grasse et, quand elle est bien chaude, y déposer les petits disques. Retourner souvent, toutes les 10 à 15 secondes jusqu'à ce que les deux côtés soient bien dorés.

Arrêter la cuisson et déposer aussitôt les batbouts sur une plaque grillagée pour éviter que le dessous soit humide pendant qu'ils refroidissent.

Remarque : ces petits pains gonflent et l'intérieur est creux, ce qui permet de les fourrer.