

Bonhomme en pâte (grittibenz)

Ingrédients

Pour 4 pièces

papier sulfurisé pour la plaque à pâtisserie

Pâte levée:

500 g de farine, p. ex. à tresse

½ cs de sel

2 cc de sucre

75 g de beurre ramolli

½ cube de levure émietté

2,75 dl de lait tiède

Garniture:

noisettes, noix, raisins secs, sucre en grains (sucre grêle)

1 oeuf battu pour dorer



Préparation

Préparation: 40 minutes

Cuisson: 25 minutes

Levage: 1 heure

Prêt en 2 heures, 5 minutes

1. Préparer tous les ingrédients. Mélanger la farine, le sel et le sucre, former une fontaine. Couper le beurre en petits morceaux et mettre dans la fontaine. Diluer la levure dans 0,5 dl de lait, verser dans la fontaine avec le reste du lait. Former une boule de pâte. Pétrir la pâte au moins 10 min, jusqu'à ce qu'elle soit souple et élastique. (Lorsque l'on tranche la pâte avec un couteau, on ne doit plus voir de bulles d'air.) Ne plus pétrir la pâte une fois levée.
2. Couper la pâte en 4 morceaux égaux. Réserver quelques chutes pour la décoration. Rouler les morceaux de pâte en forme d'ovale, lisser.
3. Pour la tête, découper un triangle de chaque côté des ovales avec une corne à pâte. Pour les bras et les jambes, entailler la pâte.
4. Garniture: utiliser les raisins secs, les noisettes et les noix pour les yeux et la bouche. Décorer (bonnet, ceinture, etc.) avec les chutes de pâte, coller avec un peu d'eau. Entailler la tête avec des ciseaux pour les cheveux.
5. Déposer les bonshommes sur le dos d'une plaque chemisée de papier sulfurisé. Badigeonner d'oeuf et glisser dans la moitié inférieure du four froid. Régler le four sur 200°C et cuire 25-30 min.
6. Vérifier le degré de cuisson en frappant du doigt sur le dos des bonshommes en pâte. S'ils sont cuits, le bruit est sourd.

Valeurs nutritionnelles

Une part contient: 657 kcal; protéines: 19 g; lipides: 21 g; glucides: 98 g.