

recette les Bretzels

pour 6 personnes :
Temps total: 28 min

Préparation:

20 min

Repos:

Cuisson:

8 min

300 g de farine



**5 g de sel fin
+ gros sel**



**20 cl d'eau ou de
laid**



**1 l d'eau +25 g de
bicarbonate de
soude**



**levure de boulanger
(10 g)**



50 g de beurre



ÉTAPE 1

Pour la préparation du levain, délayez la levure et le sel fin dans 10 cl d'eau ou de lait tiède.

- **ÉTAPE 2**

Ajoutez 2 cuillères à soupe de farine. Mélangez, couvrez d'un linge et laissez doubler de volume dans un endroit tiède.

- **ÉTAPE 3**

Dans une terrine, mêlez le restant de farine avec le reste d'eau ou de lait ainsi que le beurre en pommade.

- **ÉTAPE 4**

Pétrissez bien cette pâte puis incorporez le levain.

- **ÉTAPE 5**

Laissez reposer pendant 2h en couvrant d'un linge humide .

- **ÉTAPE 6**

Prélevez des morceaux de pâte de la grosseur d'un oeuf.

- **ÉTAPE 7**

Roulez des boudins de la dimension d'un petit doigt et d'une longueur de 40 cm. Façonnez en croisant les extrémités vers l'intérieur.

- **ÉTAPE 8**

Laissez reposer 20 min, puis réservez les Bretzels au frais jusqu'à raffermissement léger de la pâte.

- **ÉTAPE 9**

Dans un grand récipient, faites bouillir 1 l d'eau et le bicarbonate de soude, puis laissez tiédir.

- **ÉTAPE 10**

Plongez les bretzels dans ce bain, retirez les lorsqu'ils remontent à la surface puis posez les précautionneusement sur une plaque beurrée.

- **ÉTAPE 11**

Parsemez-les de gros sel. Mettez à cuire à four très chaud (300°C/thermostat 10) pendant 8 à 10 min seulement.