



PAN DE NUECES



140 g de farine bio T65 + 140g de farine céréales et fruits ou 280g de farine bio, 2 pincées de sel, 7g de levure chimique, 25cl de lait frais entier, 180 g de cerneaux de noix, 140 g de sucre, 30 g de beurre pommade, le zeste râpé d'une orange bio, 1 gros œuf.

Préchauffer le four à 170°C.

Torréfiez les cerneaux de noix 10min à 150° puis écrasez-les grossièrement avec le fond d'une casserole ou plus simplement à la main. Dans le bol du robot mélangez à la feuille le beurre le sucre et le zeste d'orange. Si vous n'avez pas de robot essayez le crochet de votre batteur électrique ou plus simplement pétrissez à la main dans un cul de poule. Ajoutez la farine tamisée avec le sel et la levure, l'œuf et le lait puis mélangez pour obtenir une pâte homogène. Incorporez alors les noix à la cuillère en bois ou à la maryse. Versez la pâte dans un moule à cake beurré et chemisé de papier sulfurisé ou siliconé. Enfournez 45 minutes ou plus selon les fours. Vérifiez le bon degré de cuisson à l'aide d'une pique.

Démoulez et laissez refroidir sur une grille.

