

PITA

Ingrédients

- 1 tasse d'eau tiède (pas chaude)
- 2 cuillères à café de levure sèche active ou instantanée
- 2½ à 3 tasses de farine
- 2 cuillères à café de sel
- 1-2 cuillères à café d'huile d'olive (facultatif)



Instructions

1. Dissoudre la levure dans un peu d'eau tiède laisser mousser environ 5 minutes.
2. Dans une terrine verser 3 tasses de farine et le sel, mélanger.
3. Ajouter la levure dissoute ainsi que l'huile d'olive. Ajouter l'eau tiède incorporer bien le tout.
4. Saupoudrer la surface de travail de farine et y déposer la pâte.
5. Pétrir la pâte pendant environ 5-7 minutes, jusqu'à ce que la pâte soit lisse et élastique. Ajouter plus de farine si nécessaire afin que la pâte ne colle pas aux mains ou sur la surface de travail (Attention à ne pas trop utiliser de farine).
6. Arroser le fond d'une terrine d'huile d'olive et y déposer la pâte, l'enduire d'huile. Couvrir le saladier de film plastique et de torchon.
7. Laisser doubler de volume dans un endroit chaud.
8. Repétrir rapidement la pâte et la déposer sur le plan de travail légèrement fariné.
9. Diviser la pâte en 8 pâtons égaux et aplatir doucement en forme de disques. Saupoudrer les morceaux avec un peu plus de farine, puis les couvrir d'un torchon jusqu'au moment de les cuire.
10. À l'aide d'un rouleau à pâtisserie étaler chaque disque en un cercle de 20 cm environ, Saupoudrer le plan de travail de farine si nécessaire. Si la pâte commence à rétrécir la laisser reposer quelques minutes et l'étaler de nouveau.
11. Placer un pain pita sur la poêle et cuire pendant 30 secondes environ ou jusqu'à ce que des bulles commencent à se former sur la surface.
12. Retourner les pains pita et cuire pendant 1 minute environ, retourner à nouveau et faire cuire encore 1 minute. La pita devrait commencer à gonfler.
13. Déposer les pitas cuites dans un torchon propre et les couvrir pendant qu'on fait cuire le reste des pains.
14. Meilleurs lorsqu'ils sont consommés immédiatement après cuisson, ils se conservent bien dans une boîte hermétique durant plusieurs jours, les réchauffer avant de les consommer.
15. On peut aussi les congeler ..