



Pain aux graines

Ingrédients :

450 grammes de farine mi-blanche
3 dl d'eau
1 sachet de levure boulangère
1 c. à café de sel
1 c. à café de sucre
1 c. à soupe d'huile de carthame
20 grammes de graines de tournesol
10 grammes de graines de sésame
10 grammes de graines de pavot

Préparation :

Mettre les ingrédients dans la MAP
dans l'ordre indiqué dans le mode d'emploi
de votre machine à pain et choisir le programme approprié

