

TORTILLAS Galettes de maïs.

Ces galettes de maïs peuvent servir aussi bien de pain, de toasts à l'apéritif ou de base pour un repas. Déguster accompagnée d'une préparation à base de lamelles de poulets, de poivrons rouges et d'oignons, ainsi qu'avec du guacamole, de la purée de tomates aux épices, de la crème fraîche et du cheddar (ou gruyère).

Ingrédients :

Pour 10 à 12 galettes.

- 340 gr de farine de blé T55
- 340 gr de farine de maïs
- 37 gr de lait tiède
- 60 gr d'huile d'olive
- 60 gr d'eau
- 2 CàC de sel
- 2 pincées de sucre
- 1 sachet et demi de levure chimique ou 17 gr de bicarbonate de soude.



Préparation :

- Dans un saladier, mélangez la farine, le sel, le sucre et la levure (ou le bicarbonate de soude).
- Ajoutez le lait tiède, l'eau et l'huile et pétrissez pendant 5 bonnes minutes.
- Couvrez d'un linge et laissez reposer 1h.
- Prélevez ensuite une douzaine de boules et étalez-les le plus finement possible.
- Faites-les cuire dans une poêle bien chaude ou sur un bilig, 1 mn de chaque côté. Elles ne doivent pas dorer.
- Pour des toasts, diminuez la taille des boules de pâte pour avoir des petites galettes