

TRESSE / GRITTIBÄNZ

30 min de préparation | 3h à 4h de repos | 30 min de cuisson

INGREDIENTS

500 g / farine t65

250 g / farine t80

3 càc rase / sel

1 càs / sucre (facultatif)

25 g / saindoux

4.5 dl / lait

10-11g g de levure sèche

1 jaune d'œuf



INSTRUCTIONS

Mélanger la farine, la levure, le sel et le sucre. Faire tiédir le lait et fondre le saindoux. Puis incorporer progressivement le lait et le saindoux à la farine. Pétrir pendant 10 à 15 min. Laisser reposer avec un chiffon humide (ou un plastique avec un élastique) 3 – 4 h. Partager la boule en 2 parts, les allonger (les extrémités doivent être beaucoup plus fines que le milieu) et tresser (on trouve facilement des vidéos sur YouTube « tresse suisse » pour apprendre à tresser le pain). Laisser reposer 20 à 30 min avec un torchon humide au-dessus. Badigeonner d'œuf, placer dans le four. Allumer le four et le chauffer à 200 – 210 °C. 35 min de cuisson.

Même recette pour les Grittibänz, autre spécialité fribourgeoise qui est réalisée pour la St Nicolas.

