



Petits moules

fr Mode d'emploi et recette

Chère cliente, cher client!

Les petits moules en silicone ont un effet anti-adhésif. Cela permet de détacher les mini pains et gâteaux très facilement – il n'est généralement pas nécessaire de graisser les moules.

Les petits moules en silicone conviennent au contact alimentaire, résistent à la chaleur et au froid, sont indéformables, étanches et vont au lave-vaisselle.

Profitez dès maintenant de vos petits moules en essayant la recette proposée dans ce livret.

Bon appétit!

L'équipe Tchibo

Made exclusively for:

Tchibo GmbH, Überseering 18, 22297 Hamburg, Germany, www.fr.tchibo.ch

Tchibo GmbH D-22290 Hamburg · 150642AB1X1XVI · 2025-08

Remarques importantes

-  Cet article supporte les températures allant de -15 °C à +230 °C.
-  Le moule convient à une utilisation au four ou au congélateur. Ne l'utilisez pas pour un autre usage! Respectez également les recommandations données par le fabricant de votre four.
-  Ne coupez pas d'aliments dans l'article et n'utilisez pas d'objets coupants. Cela endommagerait l'article.
-   Ne mettez pas l'article directement sur une flamme, sur des plaques électriques ou sur le fond du four.
-  Lorsque vous sortez l'article du four, ne le faites qu'avec des gants de cuisine ou autres objets similaires.
-  L'article va au lave-vaisselle. Toutefois, ne le placez pas juste au-dessus des résistances.
- Au fil du temps, les matières grasses peuvent provoquer une coloration sombre de la surface de l'article. Ces colorations ne sont pas nocives pour la santé, elles n'altèrent pas non plus la qualité ou le fonctionnement de l'article.
- Le matériau de l'article peut entraîner une réduction du temps de cuisson (jusqu'à 20 %) si vous réalisez vos recettes habituelles. Respectez aussi les indications de température et de temps de cuisson fournies par le fabricant de votre four.

Avant la première utilisation

- Nettoyez l'article avec de l'eau très chaude et un peu de produit vaisselle. N'utilisez pas de détergent agressif ni d'objet pointu.
 - Graissez ensuite légèrement l'intérieur des moules avec une huile alimentaire neutre.
-

Utilisation

- Avant de remplir les moules, passez-les toujours à l'eau froide.
- Il n'est nécessaire de les graisser que dans les cas suivants:
 - ... avant la première utilisation,
 - ... après un nettoyage au lave-vaisselle,
 - ... si la pâte est sans graisse (p. ex. génoise) ou très compacte.
- Avant de détacher les pains des moules, laissez-les refroidir env. 5 minutes dans les moules sur la grille du four. La pâte cuite peut ainsi se stabiliser et une couche d'air, se former entre le mini pain et le moule.
- Nettoyez l'article de préférence juste après l'utilisation, les restes de pâte seront plus faciles à détacher.

Recette

4 mini pains

Temps de préparation: env. 105 minutes plus env. 45 minutes de cuisson (200 °C chaleur supérieure/inférieure (chaleur tournante: 180 °C))

Ingrédients pour la pâte

- 185 ml d'eau (tiède)
- $\frac{2}{3}$ sachet de levure sèche (env. 5 g)
- 2 cuillères à café de sucre
- 115 g de farine de blé
- 170 g de farine de blé complète
- $1\frac{1}{2}$ cuillères à soupe d'huile alimentaire
- $\frac{2}{3}$ cuillère à café de sel

Garnitures possibles (pour 4 mini-pains) au choix

- 35 g de graines de tournesol et 35 g de graines de courge
- 70 g de graines de courge ou de tournesol
- 70 g de carottes râpées
- 55 g d'oignons frits
- 70 g d'olives noires hachées (dénoyautées)

Pour la décoration

- 35 g de graines de votre choix

Préparation

1. Dissoudre la levure sèche dans l'eau tiède avec le sucre et laisser reposer pendant environ 10 minutes.

2. Mélanger les deux types de farine avec le sel dans un saladier. Ajouter ensuite l'huile et l'eau avec la levure dissoute.
Bien mélanger tous les ingrédients et pétrir jusqu'à obtention d'une pâte lisse. Couvrir la pâte et la faire lever dans un endroit chaud pendant environ 30 minutes.
3. Pendant ce temps, préparer la garniture choisie et l'ajouter lorsque la pâte a fini de lever.
Pétrir à nouveau la pâte et la diviser en six morceaux homogènes. Former des petites miches avec chaque morceau, les placer dans les mini-moules à pain et répartir quelques graines sur chacun d'eux.
Faire à nouveau lever les pains dans les moules pendant environ 30 minutes.
4. Préchauffer le four à 200 °C chaleur supérieure/inférieure (chaleur tournante: 180 °C).
Ensuite, placer les mini-moules à pain sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé et les faire cuire pendant 45 minutes environ. Si les mini-pains deviennent trop foncés, les recouvrir d'une feuille d'aluminium à mi-cuisson et poursuivre la cuisson.
5. Sortir les mini-pains du four et les laisser refroidir encore dans le moule pendant environ 10 minutes.
Démouler ensuite les mini-pains et les laisser refroidir complètement sur une grille de refroidissement avant de les consommer.