



Pains, viennoiseries

Panipopo



4h10 **40 min** **30 min** **3h** **447**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 8 personnes

Ingrédients pour la pâte

465 g **Farine**
12 g **Levure de boulanger**
50 g **Sucre semoule**
1 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
100 ml **Lait demi-écrémé**
30 ml **Huile de tournesol**
140 ml **Eau**
1 c. à café **Sel**

Ingrédients pour la sauce

300 ml **Lait de coco**
200 g **Sucre semoule**
200 ml **Eau**

Étape 1

Préparation de la pâte

- 1 Verser le lait dans un bol et le faire chauffer au micro-ondes pendant 15 secondes.
- 2 Ajouter la levure et la délayer à l'aide d'un fouet. Laisser reposer pendant 15 minutes à température ambiante.
- 3 Mélanger la farine, le sucre et le sel dans un saladier puis former un puits au centre.
- 4 Battre l'oeuf dans un bol à l'aide d'une fourchette et le verser dans la farine puis verser l'huile.
- 5 Mélanger à l'aide d'une cuillère en bois puis verser l'eau progressivement jusqu'à obtention d'une boule de pâte homogène. Pétrir ensuite à la main pendant 10 minutes.
- 6 Recouvrir de film alimentaire et laisser reposer à température ambiante pendant 1H30.

Étape 2

Façonnage des panipopos

- 1 Dégazer la pâte à coups de poing.
- 2 Fariner le plan de travail et déposer la boule de pâte. L'étaler avec un rouleau à pâtisserie pour former un rectangle.

- 3 Rouler la pâte sur sa longueur pour former un long boudin. Découper en morceaux égaux d'environ 3 cm d'épaisseur à l'aide d'un coupe-pâte.
- 4 Tapisser des plats avec du papier sulfurisé et y déposer les panipopos à plat, en les espaçant au maximum.
- 5 Couvrir de film alimentaire et laisser reposer à température ambiante pendant 1h30.

Étape 3

Cuisson des panipopos

- 1 Préchauffer le four à 190°C (Th.6).
- 2 Mélanger dans un bol le lait de coco, l'eau et le sucre. Remuer à l'aide d'un fouet pour faire dissoudre le sucre.
- 3 Verser sur les panipopos puis enfourner pendant 30 minutes.

Étape 4

Dressage

- 1 Détacher les panipopos et les déguster bien chauds, avec un peu de sauce au lait de coco.