

yep'naan



Ingrédients (pour 8 à 10 yep'naans) :

- 220 g de mix yep
- 200 ml d'eau bouillante
- Sel
- 1 cuillère à soupe d'huile
- 1 pincée de curcuma (facultatif)

Ustensiles

- Poêle anti-adhérente
- Spatule ou maryse en silicone
- 1 rouleau à tarte



Préparation des yep'naans :

Verser l'eau bouillante sur le mix yep. Ajouter le sel et l'huile.

Bien mélanger pour obtenir une pâte bien lisse.

Former une boule. Laisser reposer 10 minutes.

Saupoudrer de mix yep sur le plan de travail et le rouleau, prélever des petites boules de pâte et abaisser au rouleau sans forcer car la pâte est molle.

Former des disques d' 1/2 cm d'épaisseur.

Chauffer à feu moyen une poêle anti-adhérente.

Déposer un disque dans la poêle chaude à l'aide de la maryse.

Retourner toutes les 20 sec. car il ne faut pas les brûler.

Appuyer de temps en temps sur les bords à l'aide de la maryse, pour empêcher l'air de sortir, la yep'naan va gonfler.

Enlever dès que les 2 côtés seront durs au toucher et dorés.

SUGGESTION!

Vous pouvez incorporer des herbes ciselées et de l'ail haché dans la pâte avant cuisson. Accompagne un plat cuisiné indien comme un poulet au curry, etc.

Commandez en ligne ou consultez la liste de nos points de vente sur

www.yepityourself.com