

Roulés à l'avoine grillée pour le dîner

Gâtez-vous et vos proches au déjeuner ou au dîner avec ces roulés délicieux, préparés avec les meilleurs ingrédients naturels.

Rendement : huit roulés. Préparez huit roulés dans un moule à gâteau rond de 9" / 23 cm. Si vous avez la trousse d'accessoires Shelf Kit de Brød & Taylor, vous pouvez doubler la recette pour préparer 16 roulés dans deux moules à gâteau ronds de 9" / 23 cm.

Timing : environ 5 heures au total.



Pâte

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Flocons d'avoine, grillés	1¼ tasse	100	10
Eau bouillante	½ tasse + 2 c. à soupe	139	4,5
Lait froid	½ tasse	113	4
Beurre, non salé	4 c. à soupe	50	2
Œuf	1	50	1,8
Miel	2 c. à soupe	40	1
Farine à pain	2½ tasses	300	20
Farine de blé complet	½ tasse	60	4
Sel	1¼ c. à café	7	0,3
Levure instantanée	1½ c. à café	5	0,2

Dorure d'œuf

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Œuf	1	50	1,8
Eau	2 c. à soupe	30	1
Flocons d'avoine (facultatifs)	1 c. à soupe	5	0,18

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, plaque de four. Un moule rond de 9" / 23 cm ; si vous doublez la recette, vous aurez besoin de la trousse d'accessoires Shelf Kit de Brød & Taylor. Un batteur sur socle peut être utile pour le pétrissage de la pâte.

Grillage de l'avoine. Sur une plaque de four, faites griller l'avoine pendant 10 minutes à 350 °F / 176 °C.

Ramollissement de l'avoine. Placez l'avoine dans un grand bol de mélange ou dans le bol d'un batteur sur socle. Versez l'eau bouillante sur l'avoine et laissez reposer à température ambiante pendant 10 minutes.

Préparation de la chambre de pousse. Réglez la chambre de pousse en mode de chambre de pousse à 85 °F / 29 °C pour toute fermentation dans cette recette. Mettez le récipient à eau au milieu de la plaque chauffante sur la base de la chambre de pousse et versez-y ¼ de tasse / 60 ml d'eau.

Ajout des quatre ingrédients suivants. Ajoutez le lait froid au mélange d'avoine et remuez rapidement afin d'humecter l'avoine. Ensuite ajoutez l'œuf, le miel et le beurre. Mélangez pour combiner.

Ajout des deux types de farine. Ajoutez les deux types de farine, le sel et la levure. Mélangez tous les ingrédients jusqu'à ce qu'il n'y ait pas de morceaux de farine secs qui restent dans le bol.

Fermentation de la pâte. Placez le bol avec de la pâte dans la chambre de pousse et laissez-la se reposer (l'autolyse) pendant 1 heure.

Pétrissage de la pâte. Retirez le bol de la chambre de pousse et pétrissez la pâte soit à la main sur un comptoir légèrement fariné ou bien avec le batteur sur socle en utilisant le crochet pétrisseur. Si vous pétrissez à la main, faites-le pendant environ 7-10 minutes afin d'obtenir une pâte lisse et élastique. Évitez d'ajouter de la farine supplémentaire à votre surface de travail, car elle pourrait rendre des roulés finis plus secs et plus épais. Si vous pétrissez avec un batteur sur socle, faites-le pendant environ 5 minutes, jusqu'à ce que la pâte décolle des côtés du bol et soit légèrement adhésive, mais pas collante.

Fermentation de la pâte de nouveau. Lavez et huilez légèrement un bol assez grand pour que la pâte double. Placez la pâte de nouveau dans la chambre de pousse pendant 1 heure. Pendant cette fermentation, la pâte doublera de volume.

Division de la pâte. Versez la pâte levée sur un comptoir légèrement fariné et divisez-la en huit morceaux égaux. Formez de belles petites boules et placez-les dans un moule à gâteau rond légèrement beurré de 9" / 23 cm. Vous pouvez également doubler le fond de la plaque de four avec du papier parchemin sur la surface beurrée, si vous le souhaitez.

Fermentation finale. Placez les roulés encore une fois dans la chambre de pousse et faites-les fermenter pendant une autre heure. Une fois levés, ils se toucheront. 30 minutes après avoir commencé la fermentation finale, préchauffez votre four à 375 °F / 190 °C avec la grille du four placée au milieu de votre four. Combinez l'œuf avec 2 cuillères à soupe d'eau et mélangez bien, puis mettez de côté. Dans un autre petit bol, mettez de côté 1 cuillère à soupe de flocons d'avoine.

Préparation de la cuisson au four. Après la dernière heure de la fermentation, placez les roulés sur un comptoir. Brossez légèrement le dessus de chaque roulé avec la dorure d'œuf et saupoudrez le dessus avec quelques flocons d'avoine.

Cuisson au four des roulés. Placez les roulés dans le four préchauffé et faites cuire pendant 25-30 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés et que leur température interne atteigne 195 °F / 90 °C. Une fois les roulés cuits, retirez-les du four et laissez-les refroidir pendant 5 minutes avant de les retirer du moule. Laissez-les ensuite refroidir sur une grille pendant au moins 10 minutes. Profitez des roulés lors qu'ils sont encore légèrement chauds.