

LA RECETTE DE SHABBAT

Dans cette nouvelle rubrique, assurément la plus ludique de votre newsletter, retrouvez chaque mois une recette de cuisine par un membre de la grande famille de Hadassah, pour égayer votre week-end et votre shabbat. Ce mois-ci, Nicole Cohen-Tadjouri, Déléguée Générale de Hadassah France, nous donne sa recette des « 'Hallot », les traditionnels pains de Shabbat.

Ingrédients

- 1 kg de farine
- 2 œufs (blancs de préférence)
- 1 cs. de sel
- 5 cl. d'huile
- 1 cube de levure de boulangerie ou 2 cs. de levure déshydratée
- 4 cs. de sucre (+ 1 cs. pour le levain)
- Au moins 2 verres d'eau tiède (+ 1 pour le levain)



Préparation

- 1) Préchauffez votre four à 180° (Thermostat 6)
- 2) Faites un levain en mélangeant la levure (à émietter si elle est en cube) et 1 cs. de sucre dans un verre d'eau tiède
- 3) Laissez mousser
- 4) 15 mn. après : mélangez la farine, le sel, les œufs, l'huile, les 2 verres d'eau tiède et le levain
- 5) Pétrissez soigneusement. La pâte doit être souple, il est possible de rajouter un peu d'eau tiède si elle est trop compacte
- 6) Recouvrez le récipient d'un linge propre et laissez lever 1 à 2h dans un environnement assez chaud (par exemple dans votre four préchauffé ... après l'avoir éteint bien entendu !)
- 7) Puis dégazez la pâte, c'est-à-dire pétrissez-la à nouveau afin d'évacuer les bulles d'air obtenues grâce au levain
- 8) Formez les 'Hallot, par exemple en nattant 2 brins, ou 3 voire plus si vous avez l'âme artistique
- 9) Laissez reposer 30 mn.
- 10) Dorez au jaune d'œuf et parsemez de graines : sésame, pavot, anis vert ...
- 11) Enfournez pour 20 à 25 mn. dans votre four préchauffé comme indiqué.

Régalez-vous et Shabbat Shalom !

Remarque : si vous souhaitez dire la bénédiction de la 'Halla, il vous faudra tout d'abord doubler toutes les doses. Une fois vos 'Hallot formées, dites : « Barou'h Ata Ado—nāi Elo—hénou melekh haolam acher kidechanou bemitsvotav vetsivanou leafrich 'halla terouma ». Puis prélevez un petit morceau de pâte et dites : « Haré zo 'halla ». Après l'avoir brûlé (ou mis successivement dans 2 sachets en plastique), vous pourrez le jeter.