



INBP
Institut National de la Boulangerie Pâtisserie

**Bonne
recette!**

formation

accompagnement



conseil

information

www.inbp.com

150, boulevard de l'Europe - B.P. 1032
76171 Rouen cedex 1
Tél. : 02 35 58 17 77 - Fax : 02 35 58 17 86
E-mail : bal@inbp.com

INBP

Institut National de la Boulangerie Pâtisserie

La galette printanière



Thomas Marie

Ingrédients

Pour 2 plaques 60 x40 cm

Pain viennois

Farine de tradition française	1000 g
Lait	500 g
Œuf	1
Levure	25 g
Sel	20 g
Sucre	80 g
Beurre	100 g
Levain liquide	150 g

Préparation des blancs de poulet

Blancs de poulet	300 g
Beurre	20 g

- Couper les blancs en dés.
- Les poêler au beurre.

Appareil au fromage

Crème liquide	500 g
Fromage ail et fines herbes	300 g
Jaunes d'œufs	4
Gousses d'ail	6
Sel	QS
Poivre	QS

- Faire chauffer la crème.
- Saler et poivrer.
- Porter à ébullition.
- Verser peu à peu sur les jaunes d'œufs.
- Ajouter le fromage ail et fines herbes et l'ail haché.
- Faire cuire de 30 secondes à 1 minute.

Garniture légumes

Têtes de brocolis	600 g
Carottes	600 g
Champignons frais	200 g
Gruyère râpé	300 g

- Eplucher et laver les carottes.
- Les couper en julienne.
- Couper les têtes de brocolis en morceaux.
- Eplucher les champignons et les couper en lamelles.
- Blanchir les carottes et les brocolis.

Finition

Beurre	50 g
Gousses d'ail	2

- Faire fondre le beurre.
- Ajouter l'ail haché.



Ce produit fait partie du stage :

**Sandwichs
et petits pains
de grignotage**
Du 26 au 28 mars 2007
à l'INBP de Rouen

Formateur INBP, Thomas Marie anime des stages de 3 jours à Rouen, dispense des journées collectives de formation dans toute la France et intervient directement dans les entreprises.

Renseignements :
i **Véronique Guellier**
au 02 35 58 17 81

Méthode

Pétrissage

Pétrir tous les ingrédients, 3 minutes en 1^{ère} vitesse et 7 minutes en 2^{ème} vitesse.

Pointage

1 h 15 à température ambiante.

Détaillage

Diviser la pâte en deux (soit 2 pâtons de 950 g).

Façonnage

Allonger chaque pâton, sur une plaque de cuisson de 40 x 60 cm.

Aprêt

1 h 15 à température ambiante.

Garnissage

Passer la plaque au rouleau "pic vite".
Étaler l'appareil au fromage.
Parsemer de gruyère râpé.
Garnir avec les carottes, les brocolis et les champignons.
Parsemer les dés de poulet.

Cuisson

Faire cuire à 210°C, environ 20 minutes.
A la sortie du four, badigeonner de beurre fondu à l'ail.



INBP
Institut National de la Boulangerie Pâtisserie