

Fiche Mémo : Ne jetez plus votre pain dur !

Techniques de réhydratation (Redonner du moelleux)

- La méthode du four : Passez rapidement le pain sous l'eau du robinet, puis enfournez-le 5 à 10 minutes à 180°C.
- La méthode du torchon : Enveloppez le pain dans un torchon propre légèrement humidifié et passez-le 30 secondes au micro-ondes.
- La méthode de la vapeur : Placez le pain dans un panier vapeur au-dessus d'une casserole d'eau bouillante pendant 2 à 3 minutes.

Recettes rapides : Côté Salé

- Croûtons maison : Coupez le pain en dés, faites-les revenir à la poêle avec de l'huile d'olive, de l'ail et des herbes de Provence.
- Chapelure express : Mixez le pain très sec jusqu'à obtenir une poudre fine. Conservez-la dans un bocal hermétique pour vos panures.
- Bruschettas : Frottez des tranches de pain avec une gousse d'ail, arrosez d'huile d'olive et garnissez de tomates, basilic et mozzarella avant de passer sous le grill.
- Pudding de pain salé : Mélangez des morceaux de pain avec des œufs, du lait, du fromage râpé et des restes de légumes, puis faites cuire au four.

Recettes rapides : Côté Sucré

- Pain perdu classique : Trempez les tranches dans un mélange d'œufs battus, de lait, de sucre et de vanille, puis dorez-les à la poêle avec une noisette de beurre.
- Pudding au chocolat : Faites tremper le pain dans du lait chaud sucré, ajoutez des pépites de chocolat et enfournez dans un moule beurré.
- Crumble de pain : Mixez grossièrement le pain avec du beurre et du sucre roux pour créer une chapelure croustillante à saupoudrer sur des fruits cuits.

Conseils de conservation

- Congélation : Tranchez votre pain frais dès l'achat et congelez-le. Vous pourrez ainsi décongeler uniquement la quantité nécessaire au grille-pain.
- Stockage : Évitez le plastique qui ramollit la croûte. Préférez un sac en papier ou une boîte à pain en bois.
- Anticipation : Si le pain est trop dur pour être réhydraté, transformez-le immédiatement en chapelure pour ne pas le gaspiller.