

Guide Anti-Gaspi : Valoriser le Pain Dur

Préparation de base

- Pour le pain perdu : coupez le pain en tranches épaisses (environ 2 cm).
- Pour le pudding : coupez le pain en cubes réguliers de 2 à 3 cm.
- Astuce : si le pain est extrêmement dur, humidifiez-le légèrement avec un peu de lait ou d'eau avant de commencer la recette.

Recette : Pain Perdu Classique (pour 4 personnes)

- Ingrédients : 4 à 6 tranches de pain dur, 2 œufs, 20 cl de lait, 30 g de sucre, 1 sachet de sucre vanillé, beurre pour la cuisson.
- Préparation : Battez les œufs avec le lait et les sucres dans une assiette creuse.
- Trempage : Imbibez chaque tranche de pain dans le mélange pendant 1 à 2 minutes par face.
- Cuisson : Faites fondre une noisette de beurre dans une poêle chaude et faites dorer les tranches 3 minutes de chaque côté jusqu'à obtenir une belle coloration.

Recette : Pudding de Pain Gourmand (pour 6 personnes)

- Ingrédients : 300 g de pain dur en cubes, 50 cl de lait, 3 œufs, 100 g de sucre, 50 g de pépites de chocolat ou raisins secs, 1 pincée de cannelle.
- Préparation : Préchauffez votre four à 180°C (th. 6).
- Mélange : Faites tremper les cubes de pain dans le lait chaud pendant 15 minutes. Ajoutez les œufs battus, le sucre, la cannelle et les garnitures (chocolat ou raisins).
- Cuisson : Versez la préparation dans un moule beurré. Enfouez pendant 35 à 40 minutes jusqu'à ce que le dessus soit bien doré et pris.

Autres astuces anti-gaspi

- Chapelure maison : mixez le pain très sec au robot pour obtenir une chapelure fine, idéale pour paner vos viandes ou gratiner vos plats.
- Croûtons : coupez le pain en petits dés, faites-les revenir à la poêle avec de l'huile d'olive et de l'ail pour vos soupes et salades.
- Conservation : stockez votre pain sec dans un sac en papier à l'abri de l'humidité pour éviter les moisissures avant utilisation.