 **Pain tournesol**

[](http://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2013/02/Pain-tournesol-DSCN4088_24022.jpg) **Pour un gros pain magnifique**

**- 700 g de farine T55  
- 2 càc de sel fin  
- 2,25 càc de levure sèche de boulanger (7g) ou 21 g de levure fraîche de boulanger  
- 260 g de lait (250 ml)  
- 125 g d'eau (125 ml)  
- 85 g d'huile d'olive (100 ml)  
- 20 g de beurre fondu pour le façonnage  
- 1 blanc d'œuf pour la finition  
- Graines de sésame et de pavot**

**La plaque du four tapissée de papier cuisson  
Préchauffage du four à 200°C (chaleur étuvée)**

Mélanger le sel dans l'eau tiède.  
Mettre dans la cuve du robot la farine et y mélanger la levure.  
Creuser un puits et y verser l'eau salée, le lait et l'huile.  
Travailler à petite vitesse pour que la pâte se forme.  
Augmenter la vitesse (entre 1 et 2 pour moi) et travailler le pâton pendant 5 minutes.  
Couvrir le bol et laisser lever la pâte pendant une heure, jusqu'à ce qu'elle double de volume (**dans le four à 30°C pour moi**).  
Déposer la pâte sur le plan de travail (inutile de fariner, elle ne colle pas) et la dégazer légèrement.  
La partager en 2 pâtons égaux (595 g environ).  
Couvrir un des pâtons et le réserver.  
Partager l'autre en 5 boules égales (environ 119 g).  
Étaler 4 pâtons en cercles de 20 cm de diamètre (j'ai dessiné un cercle sur l'envers d'un papier cuisson pour me guider).  
Déposer un cercle sur la plaque, au centre et le badigeonner de beurre fondu.  
Le couvrir d'un cercle et le badigeonner à son tour, et faire de même avec le troisième et le quatrième cercle.  
Étaler le cinquième pâton en un cercle un peu plus grand et venir en recouvrir la pile précédente. Ne pas beurrer ce dernier cercle. Tracer 8 parts égales sur ce "gâteau".  
Couper à l'aide d'un couteau bien tranchant en partant du centre, sans détacher le bord.  
Retourner chaque languette vers l'extérieur (désolée, j'ai oublié la photo du détail), pour former un soleil. Réserver.  
Peser la boule de pâte en attente et en prélever un quart (148 g environ).  
Partager le reste en 5 boules égales (environ 88 g).  
Étaler 4 pâtons en cercles de 15 cm.  
Refaire la même opération que précédemment : un cercle beurré, recouvert d'un autre cercle beurré...  
Étaler le cinquième pâton en un cercle un peu plus grand et "chapeauter" les 4 cercles précédents.  
Dessiner les 8 parts et poser le "gâteau au centre du premier soleil.  
Découper les parts et retourner chaque languette comme précédemment en veillant à les placer entre les pointes de la première couronne.  
Badigeonner la couronne de blanc d'œuf à l'aide d'un pinceau. Décorer de graines à l'envie.  
Enfourner pour 10 minutes.  
Baisser **la température à 180°C** et laisser 10 minutes.  
Baisser **la température à 160°C** et laisser 10 minutes.  
Sortir le pain, le déposer délicatement sur une grille et le laisser refroidir.