



Kothmir Paratha

Pain feuilleté à la coriandre

INGRÉDIENTS :

Pour la pâte,

250 g de farine

5 cuillères à soupe de ghee

15 cl d'eau tiède

1/2 cuillère à café de sel

Pour la garniture,

4 gousses d'ail

1 botte de coriandre

1 piment vert frais

1 cuillère à café de graines de cumin

1 pincée de sel

1 cuillère à soupe d'huile végétale

PRÉPARATION

Dans un bol, délayez le sel et 15 cl d'eau. Dans un saladier, tamisez la farine. Ajoutez le ghee et versez peu à peu l'eau salée dans la farine. Travaillez la préparation afin d'obtenir une pâte souple et homogène. Couvrez la pâte et laissez reposer au moins 1 heure.

Pour la garniture, mixez tous les ingrédients au hachoir.

Confectionnez les parathas en divisant la pâte en 4 boules. Sur une planche farinée, abaissez très finement la pâte en un grand rectangle. Déposez la garniture sur la pâte. Réalisez un pliage dans la longueur. Roulez la pâte en rond. Abaissez délicatement le rond de pâte. Chauffez une demi-cuillère à soupe de ghee dans une poêle et faites cuire le paratha 3 à 4 minutes de chaque côté. Servez bien chaud.

Vous pouvez réserver les parathas dans un four tiède.

Comment réaliser le pliage ?

