Fouace ou Couronne des Rois

Pour une fouace de 6/8 personnes :

- **280 g de farine (tamisée)**
- **85 g de lait (ou 85 ml)**
- **75 g de beurre mou**
- **10 g de levure fraîche de boulanger**
- **1 œuf**
- **2 cuillères à soupe de miel**
- **2 cuillères à soupe de sucre (ou 4 si vous n'avez pas de miel)**
- **2 cuillères à soupe de fleur d'oranger (ou 1 suivant les goûts)**
- **1/2 cuillère à café de sel**
- **sucre en grains**
- **1 fève**

Les premières étapes se préparent la veille de la cuisson :

1. Faire tiédir le lait puis y ajouter le miel et la levure de boulanger jusqu'à ce qu'ils soient dissous (environ 10 minutes).

2. Dans le bol du robot ou dans un saladier, ajouter tous les ingrédients + la préparation lait/levure/miel et sauf le beurre. Pétrir une quinzaine de minutes.

3. Ajouter d'une traite le beurre puis pétrir à nouveau jusqu'à ce qu'il soit bien incorporé au pâton (environ 20 minutes).

4. Former une boule avec la pâte et la disposer dans un saladier.

5. Laisser pousser à température ambiante et à découvert pendant 1h.

6. Rompre la pâte en appuyant avec le dos de la main dessus pour libérer les gaz de la levure afin d'éviter un goût trop prononcé de celle-ci.

7. Filmer le saladier puis mettre au frigidaire, dans la partie la moins froide pendant toute une nuit.

Le lendemain :

8. Sortir le pâton du frais, le pétrir légèrement en ajoutant la fève.

9. Former une boule puis l'aplatir. A l'aide du coude, percer au centre le pâton puis l'étendre jusqu'à obtenir une belle couronne.

10. Disposer celle-ci sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé puis laisser pousser pendant 2h à

découvert et à température ambiante.

11. A l’aide d’un pinceau, badigeonner de lait l’ensemble de la couronne puis saupoudrer de sucre en grains.

12. Préchauffer le four à 170° en chaleur tournante.

13. Enfourner pour 30/35 minutes de cuisson jusqu’à ce qu’elle bien dorée : c’est prêt !

 Cette superbe fouace, célèbre et incontournable lors de la fête de l’Épiphanie, elle se dégustera à l’heure du café ou bien pour le déjeuner.
Il est possible d’incorporer à la pâte avant cuisson des fruits confits comme des oranges, des citrons… mais encore des pépites de chocolat !

➡️ Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation ! 😀