



CANADA AGRICULTURE
AND FOOD MUSEUM
MUSÉE DE L'AGRICULTURE
ET DE L'ALIMENTATION
DU CANADA

A FASCINATING WORLD
UN MONDE FASCINANT



La Banick

Ingrédients

3 tasses (750 ml) de farine tout-usage non-blanchie
1 c. à thé (5 ml) de sel
1 c. à table (15 ml) de poudre à pâte
1 tasse (250 ml) de canneberges séchées (ou différents fruits séchés ou frais)
1 ½ tasses d'eau (375 ml) (ou moins si les fruits sont très juteux)

Préparation

Préchauffer le four à 425 °F (220 °C). Graisser légèrement un moule de 9 à 10 pouces (23 à 25 cm) de diamètre.

Dans un bol, combiner la farine, le sel, et la poudre à pâte jusqu'à ce que tout soit bien mélangé. Ajouter les canneberges séchées et les incorporer à la base sèche. Faire un trou dans le milieu des ingrédients secs, y verser l'eau et brasser rapidement. La pâte devrait être consistante mais également humectée.

Transférer la pâte dans le moule. Avec les doigts, aplatir la pâte pour bien recouvrir le fond du moule. Mettre au four (grille du centre) et cuire pendant 20 à 25 minutes ou jusqu'à ce que le centre soit ferme au toucher. Démouler avec précaution et laisser refroidir sur une grille. Servir chaud ou à la température de la pièce.