Petits brioches healthy fourrées au chocolat

QUANTITÉ	PREPARATION	REPOS	CUISSON
6 brioches	15 minutes	2 heures	20 minutes

CE QU'IL VOUS FAUT :

- 300g de farine de blé
- 125ml de lait végétal
- 1 oeuf
- 12g de levure de boulanger fraiche
- 25g de compote
- 15g d'huile de coco
- 40g de miel (ou sirop d'agave/d'érable)
- 1 pincée de sel
- 6 carreaux de chocolat noir

Astuce : vous pouvez remplacer les carreaux de chocolat par d'autres ingrédients : pâte à tartiner, compote de pommes, coulis de fruits rouges... Tous les goûts sont permis.

Dans un saladier, déposez la farine, le lait, l'œuf, la levure, la compote, l'huile de coco, le miel et le sel (faites attention à ne pas mettre le sel sur la levure).
Pétrissez à la main pendant 5 bonnes minutes jusqu'à obtenir une boule de pâte lisse et non collante.
Déposez la boule dans un saladier, recouvrez-le d'un torchon et laissez reposer à température ambiante pendant au moins 1h30. La pâte doit doubler de volume.
Dégazez la pâte en appuyant fort dessus avec la paume de la main.
Découpez la pâte en 12 morceaux de taille égale et formez des ronds d'environ 1 cm d'épaisseur.
Sur 6 ronds de pâte, déposez au centre un carreau de chocolat.
Déposez les 6 autres ronds de pâte dessus et soudez-les bien afin qu'ils ne souvent pas à la cuisson.
Déposez les sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, recouvrez-la d'un torchon sur les brioches et laissez reposer 30 minutes.
Préchauffez votre four à 180°C.
Faites cuire les brioches pendant 20 minutes à 180°C.