

PAIN « fait maison »

Ingrédients :	Unité	Quantité
Farine type 70	Kg	0,200
Farine type 55	Kg	0,300
Sucre	Kg	0,030
Sel	Kg	0,010
Levure	Kg	0,015
Eau	L	0,350



Méthode :

Peser les ingrédients solides et les réunir dans le bol du batteur.

Délayer la levure avec l'eau tiède.

Verser sur les éléments solides et **Pétrir** (dans la cuve du batteur mélangeur à l'aide du crochet ou éventuellement dans une machine à pain) pendant 15 minutes (la pâte doit se détacher des bords de la cuve, être élastique, assez humide et collante).

Faire **Pointer** pendant 1 heure à température ambiante (la pâte gonfle et triple de volume).

Rompre la pâte (la faire tomber, éliminer les bulles de gaz, en la pétrissant) et **Conserver** au réfrigérateur pendant 1 nuit (cette étape est importante pour la **Maturation** de la pâte, c'est-à-dire le développement des saveurs, mais aussi son raffermissement).

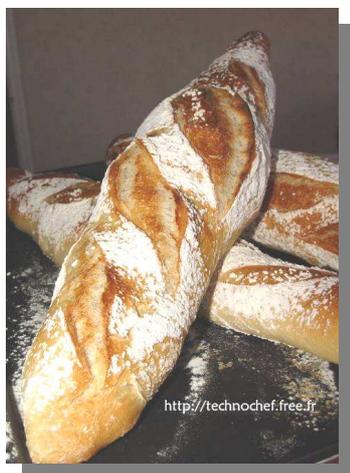
Le lendemain, **Rompre** à nouveau la pâte et **Façonner** son pain (baguette, boule, etc.)

Laisser **Pointer*** à nouveau le pain (pendant 45 minutes).

Entailler avec un cutter et cuire à four très chaud selon la taille des pains (25 minutes pour les baguettes).

Trucs et Astuces :

Je garde toujours un peu de pâte de la fournée précédente que j'ajoute au moment du pétrissage de la pâte, cela donne un peu plus d'acidité à mon pain et surtout plus de goût !



Ma recette n'est pas, bien sûr, à la hauteur d'un pain traditionnel de grande qualité, mais le résultat en termes de coûts et de goûts est supérieur à la plupart des baguettes blanches vendues dans le commerce.

Mais surtout qu'il est agréable de faire et de déguster son pain frais !

La conservation de ce pain est d'environ 2 jours.

* On parle d'apprêt lors de la deuxième pousse du pain