
Recette sur levain liquide

• Farine Agreste BIO	1 000 g
• Eau (75%)	750 g
• Levain liquide BIO	300 g
• Levure	2 g
• Sel	20 g

TB : 56°C

Recette sur levain naturel

• Farine Agreste BIO	1 000 g
• Eau (80%)	800 g
• Levain dur BIO	100 g
• Levure	2 g
• Sel	18 g

TB: 56°C

Méthodologie :

Faire une autolyse de 30 min de la farine et de l'eau

Pétrissage : (au batteur)

Pétrir au batteur 3 min en 1^{ère} vitesse
T° de pâte: 20-21°

Pointage :

1 h en bac
Pendant le pointage donner deux rabats à 30 min d'intervalle, puis mettre au froid (+4°C)

Réchauffe :

De 1 à 2 h suivant la température ambiante, et l'activité fermentative
Détailler en pièces de 800 g
Réaliser une légère mise en forme

Détente

De 15 à 20 min
Façonnage très léger sans dégazage, mettre sur couche farinée soudure au-dessus
Apprêt de 45 min environ à température ambiante

Cuisson

Avec buée et coup de lame
Four à température normale
Durée de 60 min, baisser la température du four à mi-cuisson



agreste

Fermentation

Longue au levain

Mie

Caramel au goût prononcé

Croûte

Hyper croustillante

A savourer

Au déjeuner et au dîner
Avec des mets relevés, des poissons fumés, des pâtes persillées

Dégustation

Un pain intensément aromatique aux notes de légumes d'hiver avec des nuances crémeuses