

Recette sur levain liquide

• Farine de meule Epeautre BIO	1 000 g
• Eau	600 g
• Levain liquide BIO	300 g
• Graines de courge BIO et de tournesol torrifiées BIO	250 g
• Lait fermenté BIO	200 g
• Miel BIO	60 g
• Sel	20 g
• Huile de colza BIO	15 g
• Levure	5 g

Recette sur levain naturel

• Farine de meule Epeautre BIO	1 000 g
• Eau	620 g
• Levain naturel BIO	400 g
• Graines de courge BIO et de tournesol torrifiées BIO	250 g
• Lait fermenté BIO	200 g
• Miel BIO	60 g
• Sel	18 g
• Huile de colza BIO	15 g
• Levure	5 g

Pétrissage : (au batteur)

Mélanger au batteur pendant 5 minutes en 1^{ère} vitesse la farine, l'eau, le lait, les graines et le miel. Laisser reposer 1 h.

Ajouter le sel, la levure et le levain.

Pétrir 6/8 min en 1^{ère} vitesse. La pâte doit se décoller de la cuve, puis bassiner, avec l'huile de colza, Température de la pâte : 23°C

En fin de pétrissage, la pâte ne doit plus adhérer aux parois de la cuve.

Pointage :

60 min en bac avec 1er rabat au bout de 30 min et un dernier rabat 30 min après. Mise au froid en bac pour façonnage le lendemain

Réchauffe :

1 h à température ambiante ou 3h à 16°C

Pesage :

Détailler au poids désiré. 1 200 g pour une couronne, 2 500 g pour un pain long

Détente : 15/20 min

Façonnage :

En couronne ou en pain long

Apprêt : Apprêt de 45/60 min

Cuisson :

La cuisson s'effectue à four vif (température identique à la cuisson d'une Tradition Française) pendant les 10 premières minutes puis à chaleur tombante
Pour la couronne de 1 200 g compter 45 à 50 min de cuisson au total



fermier

Fermentation

Longue au levain

Mie

Mie alvéolée dominée par les arômes des graines torrifiées

Croûte

Croustillante et agréablement caramélisée

A savourer

Pour le mariage d'un blé légendaire, des graines vertueuses, et de la douceur du miel et du lait fermenté

Dégustation

Une signature aromatique singulière, le bouquet d'une soupe d'hiver et les saveurs subtilement végétales et lactiques