

fermier

LES
FARINES
D'ÉMILE
MOULINS VIRON
BIO



Farine de meule
Epeautre BIO

Variété ancienne de
blé pour des pains
aux notes de
caramel et de
légumes d'hiver.

Allergènes*:



Recette sur levain liquide

• Farine de meule Epeautre BIO	1 000 g
• Eau	600 g
• Graines de courge BIO et de tournesol torréfiées BIO	250 g
• Lait fermenté BIO	200 g
• Miel BIO	60 g
Faire une autolyse d'1 h	
• Levain liquide BIO	300 g
• Sel	20 g
• Huile de colza BIO	15 g
• Levure	2 g

*Sans levure : Suivre les étapes en orange

Recette sur levain dur

• Farine de meule Epeautre BIO	1 000 g
• Eau	620 g
• Graines de courge BIO et de tournesol torréfiées BIO	250 g
• Lait fermenté BIO	200 g
• Miel BIO	60 g
• Levain dur BIO	400 g
• Sel	18 g
• Huile de colza BIO	15 g
• Levure	2 g

*Sans levure : Suivre les étapes en orange

Pétrissage au batteur

Après l'autolyse, ajouter le sel, la levure et le levain.
Pétrir 6/8 min en 1^{ère} vitesse. La pâte doit se détacher
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 mn faire 2 rabats, le 1^{er} au bout de 30 mn après et
mettre au froid en bac à 3° C

*3 h en bac faire un 1^{er} rabat au bout de 1 h 30, un
2^{ème} 1 h 30 après et mettre à 6° C jusqu'au lendemain

Réchauffe 2 h à température ambiante ou 3h à 16°C

Détaillage 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

Aprêt Aprêt 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


MOULINS VIRON
CHARTRES



www.moulinsviron.fr

FARINE | FORMATION | ACCOMPAGNEMENT

* Pour plus de détails, veuillez demander la fiche allergène à votre commercial