

Pain au levain naturel

Ingrédients	quantité	%
Farine T55	0,700 kg	70 %
Farine tamisée 50	0,300 kg	30 %
Eau	0,800 kg	80 %
Levain naturel	0,400 kg	40 %
Sel	0,022 kg	2,2 %
Levure boulangère	0,002 gr	0,2 %
Malt	0,030	3 %
Rendement	2,254 kg	225,4 %

Méthode

Délayer le malt et la levure dans l'eau de coulage. Mélanger le sel dans la farine. Couper le levain en petits morceaux,. **Pétrissage:** manuel. Sel 5 min. avant la fin. Temp. pâte: 24-26 C

Pointage: 3h00 avec rabat à 45 minutes et 90 min.

Pesage et boulage: 540 gr

Détente: 15 minutes

Façonnage: Délicatement. Pain court tourne à gris sur couche ou dans banneton avec couche fleurée farine T50

Apprêt: 30-45 minutes à température ambiante

Cuisson: Coupe en fève de cacao (feuille unilatérale) 25 minutes à 230 C sur la sole.

Température de base	taux d'hydratation	Consistance
74 C	80 %	souple