

Recette **inbp**

Pain au sarrasin sur pâte fermentée



Demain chez vous

Un mélange de terroir
et de caractère assorti
d'une bonne conservation.

Fait de farine de tradition française et d'un peu de farine de sarrasin, ce pain composé aussi de pâte fermentée et de cidre se pare d'une belle croûte tigrée.



NIVEAU
DE DIFFICULTÉ



Gamme
SIMPLE
GOURMANDE
ÉCLAT



Boulangerie

Ingrédients

PÂTE À PAIN AU SARRASIN SUR PÂTE FERMENTÉE

| | |
|-----------------------------------|-------|
| Farine de tradition française T65 | 850 g |
| Farine de sarrasin | 150 g |
| Cidre non pasteurisé | 650 g |
| Sel | 18 g |
| Levure | 10 g |
| Pâte fermentée | 400 g |

APPAREIL À TIRAGE

| | |
|---------------|-------|
| Levure | 10 g |
| Eau | 80 g |
| Huile | 20 g |
| Sucre | 10 g |
| Sel | 2 g |
| Farine de riz | 100 g |



- Diluer la levure dans l'eau.
- Ajouter le reste des ingrédients, mélanger puis couvrir l'appareil.
- Laisser fermenter 1 h 30, à température ambiante.

FINITION

| | |
|-----------------------------------|----|
| Farine de tradition française T65 | QS |
|-----------------------------------|----|

Méthode de travail

MATÉRIEL UTILISÉ

Pétrin à spirale.

TEMPÉRATURE DE BASE

De 56°C à 60°C.

INCORPORATION

Mettre tous les ingrédients de la pâte dans la cuve.

FRASAGE

Environ 3 minutes en 1^{ère} vitesse.

CONSISTANCE

Pâte ferme.

PÉTRISSAGE

Pétrir environ 5 minutes en 2^{ème} vitesse.

TEMPÉRATURE

Pâte à 24°C.

POINTAGE

Environ 1 h 30.

PESAGE

5 pâtons de 415 g.

MISE EN FORME

Bouler.

DÉTENTE

Environ 15 minutes.

FAÇONNAGE

En triangle.

Déposer sur des couches.

FINITION

Étaler l'appareil à tigrage sur le dessus des pâtons.

APPRÊT

Environ 1 h 30.

CUISSON

Environ 40 minutes à 250°C, puis à température dégressive.

RESSUAGE

Sur une grille.