

Baguette au levain naturel



Ingrédients pour une belle baguette:

- 100 g de levain naturel
- 250 g de farine blanche biologique
- 110 g d'eau tiède
- 1 cuillère à café de sel

Recette:

- Pétrir ensemble la farine, le sel, l'eau et le levain pendant 30 mn, soit avec une machine à pain, soit à la main (dans ce cas, essayer d'emprisonner le maximum d'air dans la pâte).
- Laisser reposer et lever la pâte pendant 2 heures au chaud et à l'abri des courants d'air: il s'agit du pointage (je la laisse dans la machine à pain pour cette opération).
- Pétrir la pâte pour enlever le gaz carbonique. Façonner la baguette avec un peu de farine, déposer sur une plaque et laisser lever de nouveau pendant 2 au chaud et à l'abri des courants d'air: il s'agit de l'apprêt dont le temps nécessaire peut varier en fonction du climat.
- Préchauffer le four à 230°C à 240°C avec le lèchefrites à l'intérieur. Inciser le dessus de la baguette rapidement avec un cutter ou un couteau bien aiguisé. Verser un peu d'eau dans le lèchefrites (pour une belle croute dorée il faut de la vapeur qui se dégage immédiatement au contact du lèchefrites brulant) et enfourner pendant 18 mn.
- Bien laisser refroidir sur une grille avant de se régaler.