

PAIN à la FARINE DE BLE NOIR n°2



400 grs de farine T65
100 grs de farine de blé noir
290 grs d'eau
2 cac de sel
5 g de levure
120 g de levain

Même procédé : Mettre les ingrédients dans la MAP programme pâte.

Au bout du temps, sortir le pâton, le dégazer et le mettre en forme. Le laisser reposer 1 heure. Puis faire les grignes, le saupoudrez de farine.

Enfourner à 240°C, sans oublier de faire le coup de buée. Baisser la température à 230°C et laisser cuire 20 minutes. Puis baisser la température à 210°C et laisser cuire 10 minutes.

Sortir le pain et le déposer sur une grille pour.... l'écouter chanter.

Swinguette49

<http://swinguette49.canalblog.com>

Newsletter : Si vous vous inscrivez vous recevrez un mail à chaque publication d'une recette.