

# Flûtes au levain façon basquaise

Temps de préparation: 30 mn

Temps d'attente: 4 heures

Temps de cuisson: 20 mn

## Ingrédients pour un pain:

- 110 g de levain naturel semi-liquide
- 300 g de farine de blé blanche
- 120 g d'eau tiède
- 1 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à café de sucre
- 1/2 cuillère à café de piment d'Espelette en poudre
- 75 g de jambon de Bayonne coupé en petits morceaux
- Un peu de gruyère râpé



## Recette:

- Pétrir ensemble la farine, le sel, le sucre, le piment, l'eau et le levain pendant 30 mn, **soit** avec une machine à pain (dans ce cas l'ordre des ingrédients=levain, farine, sucre, sel, piment, eau), **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 (dégazage). Ajouter le jambon coupé en morceaux et pétrir pour l'incorporer. Diviser la pâte en 6 petites boules égales et les façonner en "boudins". Déposer les pains sur une plaque et laisser lever de nouveau pendant 2 heures 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 et de l'humidité de l'air.
- Préchauffer le four à 220°C et enfourner pendant 15 à 20 mn.
- Bien laisser refroidir sur une grille avant de déguster.