

PAIN à la FARINE DE BLE NOIR du Moulin de Trouguer



400 grs de farine T65
50 grs de farine de seigle
50 grs de farine de blé noir
2 cac de sel
290 grs d'eau
5 grs de levure fraîche
120 grs de levain Kayser

Mettre les ingrédients dans la MAP dans l'ordre indiqué pour la machine. Programme pâte.

Sortir de pâte, le dégazer, le mettre en forme et laisser lever 1 heure sous un linge en lin.

Préchauffer votre four à 240° C, faire les grignes sur le pain, le fariner puis enfourner en n'oubliant pas le coupe de buée.

Baisser la température du four à 230° C faire cuire 20 mn, puis baisser de nouveau à 210°C et cuire 10 mn.

Sortir le pain et le déposer sur une grille et le laissez chanter...

Swinguette49

<http://swinguette49.canalblog.com>

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