



Baguettes campagnardes

Ingrédients pour 3 baguettes:

270 ml d'eau tiède 400 gr de farine T 65 100 gr de farine intégrale T 150

100 gr de levain au raisin (à défaut préparez la veille un poolish fait avec 50 gr de farine, 50 gr d'eau et une pincée de levure saf) 2 c à café de sel 1 c à café de levure Saf

Pour faire ma pâte, j'utilise la MAP et le résultat est parfait. Mettre environ 220 gr d'eau dans la MAP, mélanger l'eau restante avec la levure Saf et laisser reposer quelques minutes. Mettez dans l'ordre, le levain, les deux farines et le sel. Programmez votre machine à pain sur Pâte et mettre en marche. Versez doucement votre levure sur le mélange et laissez se dérouler le programme. Quand celui ci est fini, laissez encore reposer votre pâte environ 20 à 30 minutes. Après ce laps de temps, sortir la pâte de la cuve, la dégazer et la partager en trois morceaux. Façonnez les baguettes Les mettre sur une plaque munie d'un papier sulfurisé et couvrir Laisser lever environ 60 minutes

Vaporisez vos baguettes avec de l'eau tiède, farinez-les et faites des entailles. Enfourner dans un four préchauffé à 240° en faisant l'embuage

Au bout de 10 à 15 minutes, baisser la température du four sur 220°

Laisser cuire encore une quinzaine de minute. Le pain doit être doré.