

Recette de pain de campagne maison

- 500 gqs de farine
- 20 gqs de levure de boulanger fraîche ou 1 sachet de levure déshydratée
- 1 pincée de sucre
- 200 à 300 ml d'eau selon la farine
- 1 cuillère à café de sel

① délayer la levure dans 30 cl d'eau tiède légèrement sucrée

Important : la levure en sachet doit se réhydrater dans l'eau 15 minutes environ

② Dans 1 terrine mélanger la farine - le reste de l'eau + le sel avec 1 cuillère → puis à la main.

La pâte ne doit ni être trop molle - ni trop ferme

③ Rajouter de l'eau au besoin par cuillérées

④ ajouter la levure au dernier moment

Important : attention pour une bonne levée, la pâte ne doit à aucun moment en contact avec le sel

⑤ Travailler le pâton sur la table pendant 15 mn en l'écrasant avec la paume de la main jusqu'à ce que la pâte soit élastique

⑥ Mettre la pâte en boule dans 1 terrine farinée → couvrir d'1 torchon

⑦ Pour que la pâte lève vite (environ 1 heure)

Déposer la pâte dans 1 endroit tiède (le four légèrement chauffé et éteint)

⑧ Quand la pâte a doublé de volume la pétrir encore sans la déchirer pendant 1 à 2 minutes

⑨ lui donner la forme désirée et la poser sur une tôle

⑩ Préchauffer le four à 250 degrés

⑪ faire 4 à 5 incisions longitudinales

- saupoudrer de farine

⑫ - Enfourner à 230°

- mettre 1 cuillère d'eau dans le fût de la four

⑬ - Cuire 30 minutes environ

Ne pas ouvrir les 20 premières minutes