

Pain viennois d'Eric Kayser

Ingrédients pour 3 pains:

levain liquide :

Il faut prévoir 4 jours pour que le levain soit prêt.

1er jour :

On mélange dans un petit saladier 50 g d'eau et 50 g de farine T150.

On couvre d'un film plastique et on laisse 24 h à température ambiante et à l'abri des courants d'air.

2ème jour :

On mélange 100 g d'eau avec 100 g de farine T65 et 20 g de sucre en poudre.

On ajoute le mélange à la préparation de la veille.

On "touille" bien, on couvre et on attend encore 24 h.

3ème jour :

On mélange 200 g d'eau avec 200 g de farine T65.

On rajoute au précédent mélange. Attention le récipient doit être suffisamment grand pour que le levain puisse gonfler.

4ème jour :

Le levain est prêt à travailler. On prélève la quantité nécessaire au pain du jour et on place le reste dans un pot fermé hermétiquement au réfrigérateur.

Lorsqu'on veut le faire travailler à nouveau, je mélange en principe 200g d'eau et 200g de farine T65 que j'ajoute à mon levain restant. Et je remets au frais.

En faisant cette opération, on dit que vous avez nourri le levain.

Il va se remettre à faire des bulles et à gonfler.

Pour les pains :

25cl d'eau à 20°

11g de sel

500g de farine T65

25g de sucre

20g de lait en poudre

75g de beurre

75g de levain liquide

10g de levure fraîche de boulanger

1 jaune d'œuf pour la dorure

Mélangez la levure fraîche avec 10cl d'eau. Laissez fermenter 20 minutes. Dans le bol du robot, mélangez la farine, le sucre, le lait en poudre et le sel. Ajoutez la levure délayée avec le levain liquide et le reste d'eau. Pétrissez bien une douzaine de minutes. Incorporez alors le beurre détaillé en petits morceaux mous. Pétrissez jusqu'à ce que le pâton soit homogène. Laissez lever pendant 15min. Séparez la boule en 3 pâtons. Façonnez les en boule et laissez lever 15min sous un linge humide.

Allongez légèrement les pâtons en forme de baguette et déposez les sur une plaque recouverte de papier cuisson. Donnez quelques coups de grigne. Couvrez à nouveau avec un linge humide et laissez lever 1h30.

Faites chauffer votre four à 220°. Badigeonnez les pains de jaune d'œuf légèrement dilué dans 1 CS d'eau. Enfournez 15min environ. Faites refroidir sur une grille.