

A la baguette



by Cachou66

Pains Brioches et Cie

Pan-bagnat maison



La recette est tirée du livre : Livre normalement réservé aux professionnels, mais si on a un peu d'expérience en pain maison, on peut adapter les recettes, il est vrai que les termes sont techniques.

Ingrédients:

- 500 g de farine tradition type 55
- 325 g d'eau
- 1 sachet de **gourmandises pains**
- 40 g d'huile d'olive
- 4 g de levure sèche simple

Dans le bol du robot ou à la main, mélanger la farine et les levures. Ajouter l'eau tiède t° bébé.

Mélanger et commencer à pétrir, ajouter l'huile en filet.

Pétrir 5 min au robot et au moins 8 min à la main.

Couvrir le bol du robot ou placer la pâte dans un **cul de poule** légèrement fariné, avec du **film étirable**.

Laisser doubler de volume.

Rompre la pâte et la rabattre sur le plan de travail fariné.



Partager en 5 pâtons égaux (j' en avais fais 6 mais c'est juste), bouler et aplatir.

Piquer à l'aide du "**pique-pâte**" une fois posés sur la **toile Silpat**.

Couvrir avec un torchon et laisser lever à nouveau 30 min.

Préchauffer le four th 8 soit 240°C , quand les pâtons ont doublé, vaporiser d'huile d'olive à l'aide du **spray**.

Enfourner pour 15 à 20 min. Vaporiser à nouveau à la sortie du four.



Une fois complètement refroidis, couper en sandwich (pas complètement, laisser une charnière) et garnir selon vos goûts : salade, mayonnaise, thon au naturel, tomates, œufs durs, olives noires...

A la Baguette

<http://alabaguette.canalblog.com>