

Pain de campagne au levain

Temps de préparation : 1h00
Temps de cuisson : 35 min





Ingrédients:

- 330 g d'eau
- 1 sachet de Gourmandises Pain de campagne*
- 300 g de farine de blé T 110
- 200 g de farine de blé T 65
- 50 g de son d'avoine (1 verre doseur)
- 30 g de graines de lin brun
- 30 g de graines de lin doré

Version Cook'in®:

Tempérer l'eau et la levure 30 sec/40°C/vit 2.

Incorporer les farines, le son et les graines de lin, mélanger 15 sec/vit 4. Pétrir 2 min/pétrin.

Accessoire(s)	Ingrédient(s)				TURBO/PETRIN
	Eau, levure	30 sec	40°C	2	
	Farines, son, graines de lin	15 sec		4	
		2 min			

Version classique:

Mélanger les farines, le son et la levure.

Ajouter l'eau à T° bébé et mélanger au racloir, ajouter les graines de lin.

Pétrir au moins 5 min sur le plan de travail fariné. Bouler.

Pour les 2 versions:

Transvaser dans un cul de poule, filmer. Laisser doubler de volume (environ 20min). Préchauffer le four à 240°C.

Rabattre la pâte sur le tapis Roull'pat fariné. Dégazer. Aplatir avec la paume des mains. Façonner un gros pain.

Placer sur la toile Silpain®. Scarifier avec l'incisette avant la 2ème pousse de 20 min. Couvrir d'un torchon.

Avant d'enfourner, vaporiser généreusement d'eau.

Enfourner 25 min à 240°C puis 10 min à 200°C . (pour ma part placé dans mon demi-four bas Samsung).

*Vous désirez vous procurer cette préparation c'est simple en atelier, auprès de votre conseillère ou sur le site Gourmandises avec le code BEA05248...