

Petits pains au son de blé

0

Par Cathy B.

Gourmet expert

Conseillère Guy Demarle

Préparation :	1 h 30 min
Repos :	01 h
Cuisson :	26 min
Coût :	1
Difficulté :	1
Nombre de personnes :	6

[signaler un problème](#)

INGRÉDIENTS

Pour la pâte

25 g de levure fraîche de boulanger 350 g d'eau 150 g de son de blé 350 g de farine T65 5 g de sel fin de Guérande

Pour le façonnage et la cuisson

de la farine T65

PRÉPARATION

POUR LA PÂTE

Dans le bol, émietter la levure fraîche de boulanger. Verser l'eau et tiédir

30 secondes - 40°C - vitesse 2.

Ajouter le son, la farine et le sel. Mélanger 20 secondes - vitesse 2 en raclant les bords à l'aide de la spatule.

Pétrir 2 minutes - fonction Pétrissage. (sans verre doseur)

Laisser pousser la pâte au moins 30 minutes dans le bol, verre doseur dans l'orifice + torchon pour couvrir le bol.

POUR LE FAÇONNAGE ET LA CUISSON

Rabattre et dégazer la pâte sur la Roul'pat fleurée. Partager la pâte en 6 pâtons égaux. Bouler et placer dans le moule. Saupoudrer de farine et couvrir d'un torchon. Laisser pousser au moins 30 minutes. Préchauffer le four pendant ce temps à 250°C. Avant d'en fourner, inciser/scarifier les petits pains pour un développement régulier au four. Cuire entre 20 à 25 minutes à 250°C. (selon four).

Accessoires	Durées	°C	Vitesse	Turbo ou pétrissage
-------------	--------	----	---------	---------------------

	30 sec	40 °C	2	
--	--------	-------	---	--

	20 sec		2	
---	--------	--	---	--

	2 min			Pétrissage
---	-------	--	--	------------

0

0