

BAGUETTE TRADITION PETRISSAGE MANUEL nature ou avec mélange de farine seigle, bise ou céréales....

INGREDIENTS :

1 kg farine T65 ou T55 bio de préférence

16 g de sel

10 g levure fraîche de boulanger

700 g d'eau à 13° voir même 800 g

METHODE DE TRAVAIL :

Dans un saladier ou une jatte mettre : l'eau , le sel , la farine et la levure préalablement émiettée sur la surface de la farine.

Mélangez le tout durant 5 mn (ça colle aux doigts mais c'est normal) ou mélangez avec une cuillère en bois avec des mouvements rotatifs .

Laissez reposer durant 1 h 20 mn à température ambiante (20/24° environ)

Faire 4 rabats : 1 toutes les 20 mn dans une bassine carrée c'est plus facile pour rabattre côté par côté pour chaque rabat. (1 rabat consiste à rabattre la pâte sur elle même une fois par côté de bassine soit 4 fois)

A la fin des 4 rabats laissez lever la pâte durant 1 h 30 environ à 24° (elle doit doubler de volume) c'est le pointage.

Au terme de cette fin de levée , farinez le plan de travail , abaissez la pâte en forme de carré et étirez sa moitié pour en recouvrir son autre moitié avec (sa forme n'est plus qu'un rectangle)

Laissez reposer 20 mn faire pivoter la pâte 1/4 de tour en répétant le même étirage pliage suivi de 20 mn de repos (répétez encore 2 fois cet étirage pliage soit en tout 4 fois et à la fin du 4

ième

laissez reposer 20 mn.

Au terme des dernières 20 mn de repos divisez la pâte en patons de 350g pièce et laissez reposer 30 mn (détente)

Au terme des 30 mn de repos façonnez les baguettes en aplatisant légèrement les patons et en repliant leur

bord extérieur vers le centre en serrant avec le pouce afin de souder cet ourlet fini (faire encore 2 ourlets

en en farinant le dernier serrage (clé ou soudure) afin de faciliter l'ouverture à la cuisson)

Laissez lever 30 mn à 24° (Apprêt)

Préchauffez le four à 260° avec une plaque pâtisserie ou moule à baguettes à l'intérieur du four ainsi

qu'un ramequin rempli d'eau pour le coup de buée lors de l'enfournement.

Posez ensuite vos baguettes dans le moule ou sur la plaque chaude en positionnant la clé ou soudure sur le

dessus si vous faites la recette en direct sans le passage de la nuit au frigo.

Cuisson pour 20 à 25 mn selon le four.

Pour être sûr de la cuisson : tapotez le dessous des baguettes elles doivent sonner creux.

Posez ensuite sur une grille pour refroidissement et dégustez !!!!!

JE VOUS CONSEILLE AUSSI DE METTRE VOS BAGUETTES FAÇONNÉES AVANT L'APPRÊT DANS LE MOULE OU PLAQUE PATISSERIE

AU FRIGO TOUTE LA NUIT ET DÉS LA SORTIE DU FRIGO 30 MN D'APPRÊT SUIVI DE L'ENFOURNEMENT

ET VOUS ADOREREZ LA QUALITÉ GUSTATIVE DU PAIN ET SON ALVEOLAGE , UN SUPER RESULTAT !