

Recette Pain Hamburger sur poolish avec farine Manitoba
Nouveau test perso
Pour 18 pâtons pesés à 85 grammes avant cuisson il vous faut :

INGRÉDIENTS GLOBAL :

- 800 g de farine (**600 g farine Manitoba Spéciale Pizza Bio et 200 g Type 55 Bio**)
- 10 g de levure fraîche **dont 2 g** pour la poolish
- 10 g sel de guérande
- 10 g malt en poudre (Facultatif)
- 2 œufs moyen de 50 g environ
- 40 g sucre semoule
- 280 g lait entier ou écrémé pour pétrissée
- 124 g d'eau pour pétrissée
- 200 g eau pour poolish

SOIT UN TOTAL DE PÂTE DE : 1574 g environ

- 40 g de graines de sésame pour décoration avant cuisson

Hydratation totale du poids farine est de 88 % compris poolish

- 200 g d'eau pour poolish
- 124 g eau pour pétrissée (**température de base 56°**) **explication calcul ci-dessous,**
- 280 g de lait et les 2 œufs qui représentent 100 g de liquide environ pour pétrissée
- soit 704 g de liquide en totalité**

Méthode de travail :

Jour 1, 19h la veille :

- Préparer la «poolish»,**cette pâte (**Biga**) qui sera la base du pain hamburger
- Dans un saladier ou cul de poule, mélanger légèrement **200 ml d'eau tiède avec 2 g de levure fraîche.**
- Ajouter (**130 g farine Manitoba et 70 g Type 55**) **soit un total de 200 gr**
- Mélanger avec une fourchette ou avec le mélangeur pendant une ou deux minutes seulement pour avoir une consistance pâte à crêpe sans grumeau bien lisse-
- Couvrir** (avec un torchon) et **laisser reposer durant toute la nuit à température ambiante pour 12 heures de temps .**

Jour 2, 12 heures plus tard, donc à 7h le lendemain matin :

- Verser les **124 ml d'eau , 280 ml de lait** (**température selon celle de base -(température local+température farine)**) exemple TB = 56°- (local 20°+ farine 20°) = **14 ° dans le bol du robot .**

Les **8 g** de levure émiettée et les **15 g de malt** dilué dans l'eau et le lait à température déterminée **selon calcul température ci-dessus**

- les **40 g sucre semoule**
- Ajouter la **poolish de la veille**

Les 2 œufs légèrement battus

-Puis les (470 g farine Manitoba + 130 g Type 55) soit un total de 600 gr de farine,

-Fraser au **crochet** durant 5 minutes vitesse 1.

-Quand la pâte est bien homogène, ajouter les 10g de sel

Pétrir 10 minutes au crochet vitesse maxi jusqu'à décollement de la pâte des parois du bol , si la pâte est encore **trop liquide continuer 2 à 5 minutes mais pas plus-**

-Badigeonner le fond d'un plat rectangulaire avec de l'huile .y déposer la pâte

-Faire 2 rabats à 1 heure d'intervalle sur les quatre faces.

En pliant celle-ci en rabattant chaque bout de la pâte vers le centre sur ses quatre faces, LES BULLES DE GAZ SONT DE PLUS EN PLUS NOMBREUSES ET ENORMES AU FUR ET À MESURES DES RABATS,

-Donc, par exemple, la pâte dans le plat à 7h30, Premier rabat à 8h30, Second rabat 9h30 puis 10 minutes après à 9h40 poser la pâte sur un plan légèrement fariné

Dégazer la en appuyant avec les mains à plat sur environ 2 cm d'épaisseur environ et en l'étirant sur ses quatre côtés VOUS ALLEZ VOIR SA RESISTANCE ET LE VOILE QUE CONSTITUE LE GLUTEN CE QUI EST ESSENTIEL POUR LA RÉUSSITE FINALE

Découper des pâtons de 85 g les bouler grossièrement puis laisser les **détendre 20 minutes**

Puis façonner de nouveau en boules

Les déposer sur du papier cuisson posé sur la plaque à pâtisserie en les abaissant à 2 cm d'épaisseur et 8 à 10 cm de diamètre chacun

Attendre **30/40 minutes** environ à **température ambiante (24/26° idéal) c'est l'apprêt**

Dorez au pinceau avec du lait ou un jaune d'oeuf délayé dans un peu d'eau et une pincée de sel puis parsemez le dessus des pâtons de graines de sésame

-Four préchauffé à **260° /270°** avec un ramequin d'eau pour le coup de buée.

Enfournement à 260°/270°et baisser à 210° pour 7/10 minutes de plus. (Total cuisson 12 à 15 minutes maximum) SELON VOTRE FOUR FAITE DES ESSAIS

La croûte doit être couleur beige claire ou plus selon les goûts de chacun

Laisser refroidir sur une grille et garnissez selon vos goûts :