

Ingrédients

Farine de blé de meule T 110	:	800 gr
Farine d'épeautre	:	200 gr
Eau (température de base 65°)	:	600 gr
Levain liquide	:	400 gr
Sel	:	25 gr
Levure fraîche	:	2 gr
Eau de bassinage	:	80 gr si nécessaire

Méthode de travail

Incorporations	:	Mettre tous les ingrédients dans la cuve , sauf l'eau de bassinage.
Type de pétrin	:	Batteur.
Frasage	:	10 minutes en 1 ^{ère} vitesse.
Consistance de la pâte	:	Souple.
Température de la pâte	:	25°.
Pointage retardé	:	3 heures à température ambiante.
Rabat	:	1 rabat au bout de la 1 ^{ère} heure et de la 2 ^{ième} heure.
Pesage	:	6 pâtons
Mise en forme	:	Bâtards courts légèrement serrés.
Apprêt	:	Tourne à gris (clé ou soudure dessus) en bannetons farinés pour environ 1 heure 30.
Coupe	:	Grignes selon chacun.
Buée	:	En quantité normale.
Cuisson	:	A 260° à l'enfournement , puis à 240° environ 35 minutes.