

Buns aux céréales

Levain déshydraté
Terre d'Arômes



Duo Seigle Intense

N° 1212

Toasté, avec des notes grillées et de fèves de chocolat

Autres applications :
Pain rustique, tourte



INGRÉDIENTS

Farine T55 ou T65 : 9,7 kg

Terre d'Arômes Duo de Seigle Intense : 0,3 kg

Levure : 0,3 kg

Sucre : 0,4 kg

Sel : 0,18 kg

Huile de colza : 0,4 kg

Eau : 5,6 à 6 L

Mélange 5 graines : 2 kg

Eau de trempage : 1 L

Méthode à 3% de dosage

Préparation des céréales : faire tremper minimum 1h avant incorporation (mélange 5 graines + eau de trempage).

Température de base : 56-58°C.

Pétrissage :

- Première vitesse : 5 minutes.
- Deuxième vitesse : Spirale : 10-12 minutes.
- Première vitesse : ajouter les céréales trempées puis pétrir à nouveau 2 minutes.
- Deuxième vitesse : Spirale : pétrir à nouveau 2 minutes.

Température de la pâte : 26°C.

Pointage : 10 minutes.

Division : en boules de 80-90 g.

Détente : laisser reposer de 10 minutes.

Façonnage : bouler à nouveau et mettre sur une plaque à buns. Aplatir légèrement, mouiller le dessus et ajouter le topping souhaité (sésame, 5 graines, semoule de blé vêtue, etc).

Apprêt : 1h30-2h à 28°C avec 70% d'humidité.

Cuisson : mettre la buée et enfourner 16-18 minutes à 180°C/190°C.