

Pain Menhir

Levain déshydraté
Terre d'Arômes

Sarrasin Bio

N° 1116

Fruité malté, avec des notes de
miel et de châtaigne

Autres applications :

Pain de campagne bio, pain aux céréales bio



INGRÉDIENTS

Farine T55 ou T65 bio : 8,8 kg

Farine de Sarrasin bio : 0,8 kg

Terre d'Arômes Sarrasin Bio : 0,4 kg

Levain dur ou pâte fermentée bio : 1 kg

Levure : 0,08 kg

Sel de Guérande : 0,18 kg

Eau : 6,6 à 7 L

Méthode à 4% de dosage

Température de base : 64-66°C.

Pétrissage :

- **Première vitesse** : 8 minutes avec tous les ingrédients au départ.
- **Deuxième vitesse** : Oblique : 8 à 10 minutes.
Spirale : 5 à 6 minutes.

Température de la pâte : 24-26°C.

Pointage : 60 minutes en bac avec un rabat à 30 minutes.

Division : en boules de 500 g puis bouler.

Détente : laisser reposer 20 minutes.

Façonnage : former des boules en forme de poire puis déposer sur toiles farinées.

Apprêt : 18 à 24h à 4°C.

Enfournement : déposer les Menhirs sur le tapis, fariner, lamer en feuille. Mettre la buée et enfourner.

Cuisson : 34 à 36 minutes à 240-250°C (attention à la prise de couleur en fin de cuisson, ouvrir le four et laisser sécher un peu).