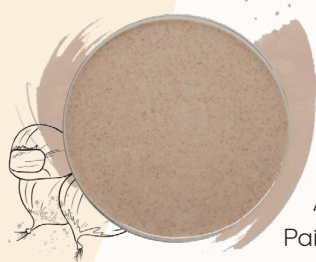


Pain sportif

Levain liquide
Phil Levain



Épeautre Bio

N° 2106

Fruité, avec des notes de
châtaigne et de pomme

Autres applications :

Pain de campagne, pain spécial, viennoiseries



INGRÉDIENTS

Farine meule T110 bio : 10 kg

Phil Levain Épeautre Bio : 1,5 kg

Levure : 0,2 kg

Sel : 0,18 kg

Eau : 5,8 à 6,2 L

Les inclusions:

Mélange 5 graines bio : 1,2 kg + 0,9 L d'eau

Noisettes concassées toastées bio : 0,6 kg

Cranberries séchées bio : 0,8 kg

Abricots secs bio : 0,8 kg

Figues séchées bio : 0,6 kg

Noix bio : 0,6 kg

Raisins secs bio : 0,6 kg

Méthode à 15% de dosage

Température de base : 70°C.

Pétrissage :

- **Première vitesse :** 5 minutes.
- **Deuxième vitesse :** Spirale : 7-8 minutes puis ajouter les graines trempées et relancer 3-4 minutes. Pétrir 1 minute supplémentaire après avoir incorporer les fruits secs.

Température de la pâte : 25-26°C.

Pointage : 60 minutes.

Division : en boules de 350 g.

Détente : laisser reposer 20 minutes.

Façonnage : manuel ou à la machine en format bâtard court. Lamer en saucisson et mettre en moule barquette.

Apprêt : 1h15-1h30 à 25°C avec 70% d'humidité.

Cuisson : mettre la buée et enfourner à 240-250°C pendant 20-22 minutes puis sécher à 230°C en bouche de four pendant 5-8 minutes.

Données indicatives, elles dépendent des matières premières et du matériel utilisés.
N'hésitez pas à contacter l'un de nos techniciens pour toute adaptation.