



PAIN AUX GRAINES BIO

INGREDIENTS

Farine T65 BIO	1000 g
Eau 65%	650 g
Sel	20 g
Levure	10 g
Puratos Softgrain Bio	340 g
Eau de bassinage	75 g

METHODE DE TRAVAIL

AUTOLYSE :

Prévoir une autolyse avec la farine et l'eau pendant 30 minutes minimum.

PÉTRISSAGE (SPIRALE) :

Pétrir 12 minutes en 1^{ère} vitesse et 3 minutes en 2^{ème} avec l'eau de bassinage.

TEMPÉRATURE DE PÂTE :

25°C.

POINTAGE :

45 minutes à 1h à température ambiante puis 12h à 3°C.

MISE EN FORME :

En pâton de 400 g.

REPOS :

30 minutes.

FAÇONNAGE :

Sélon demande.

APPRÊT :

1h30 à température ambiante.

CUISSON :

10 minutes à 240°C et 15 minutes à 210°C.