

# Pain de seigle Olympie

Recette de : Frédéric Bianchi



Ingrédients	Poids en g
<b>Pâte fermentée</b>	
Farine de tradition	500
Sel	9
Eau	275
<b>Puratos Sapore Olympie</b>	75
Levure	4
<b>Total</b>	<b>863</b>
Farine de seigle T130	1000
Farine de tradition	100
Eau (TB 64°C)	690
Sel	20
Pâte fermentée	863
Levure	15

## Astuces :

Incorporer la pâte fermentée en début de pétrissage  
Température finale maximum 23°C

## Méthode de travail

<b>Pétrissage (spirale)</b>	6 minutes en 1ère et 4 minutes en 2ème. La pâte se décolle. Attention de ne pas trop pétrir.
<b>Température de pâte</b>	23-24°C
<b>Pointage</b>	1h à température ambiante
<b>Division</b>	En pâton de 400 g et boulage très léger.
<b>Façonnage</b>	Détente 10 minutes et façonner léger en batard court. Fariner et lamer en chevron.
<b>Apprêt</b>	40-45 minutes à température ambiante.
<b>Cuisson</b>	15 minutes à 260°C et 15 minutes à 210°C

