

Ch'ti Levain

Par : Loïc Lafonte

Ingrédients	Levain chef	1er Rafraîchi	2nd Rafraîchi	3eme Rafraîchi	Levain tout point
Levain chef		400g	700g	500g	500g
Farine de tradition Bio	500g	200g	400g	400g	400g
Chicoré Bio	30g		10g	10g	10g
Miel bio	30g				
Bière régional Bio	50g		100g		
Eau 40°C	500g	100g	100g	400g à 50°C	400g à 50°C
Durée et température de fermentation	72H à 28°C	48H à 25°C	24H à 25°C	2H30 à 28°C	2H30 à 28°C

Mode opératoire

Placer le chef dans l'eau chaud, puis ajouter la farine, et enfin mélanger 5 minute en 1ère vitesse. Placer dans seau avec couvercle puis laisser fermenter.