

Cahier Recettes

LEVAINS

Les fondamentaux de
la boulangerie





Recettes

Baguette pousse lente	03
Baguette sur poolish	04
Baguette au sarrasin	05
Baguette de grand épeautre	06
Pain viennois	07
Pain Nordic Rugbrød à la française	08
Pain couronne aux graines	09
Pain méteil aux graines	10
Pain intégral	11
Pain de Campagne	12
Pain au son	13

Baguette pousse lente



INGRÉDIENTS

Farine courante T55	1000 g
Eau	630 g
Sel	18 g
Levure	10 g
Pâte fermentée	100 g
Puratos Sapore Alcina	100 g

COMMENTAIRE

Faire une autolyse avec la farine et l'eau pendant 30 minutes

MÉTHODE DE TRAVAIL

Pétrissage autolyse

4 minutes puis laisser 30 minutes.

Pétrissage

7 minutes en 1^{ère} vitesse puis 3 minutes en 2^{ème} vitesse .

Température de pâte

23°C.

Pointage

15 minutes.

Division

330g.

Repos

20 minutes.

Façonnage

En baguette.

Apprêt

12h à 8°C.

Décor / Coup de lame

7 coups de lame.

Cuisson

16 minutes à 250°C.



Baguette sur poolish

INGRÉDIENTS POOLISH

Farine de tradition	1000 g
Eau TB 65°C	1000 g
Puratos Sapore Ascanio CRC®	200 g
Levure	21 g

INGRÉDIENTS FOURNÉE

Farine de tradition	2000 g
Eau TB 58°C	920 g
Sel	54 g
Poolish	2210 g
Eau de bassinage	80 g

COMMENTAIRE

Faire la poolish avec toute la levure pour de la pétrissée totale et la mettre à 4°C toute la nuit.

MÉTHODE DE TRAVAIL

Pétrissage

12 minutes en 1^{ère} vitesse et 2 minutes en 2^{ème} vitesse.

Température de pâte
23°C.

Pointage

45 minutes à température ambiante, faire un rabat et à nouveau 30 minutes à température ambiante.

Division

En pâton de 350g et mise en forme légère.

Façonnage

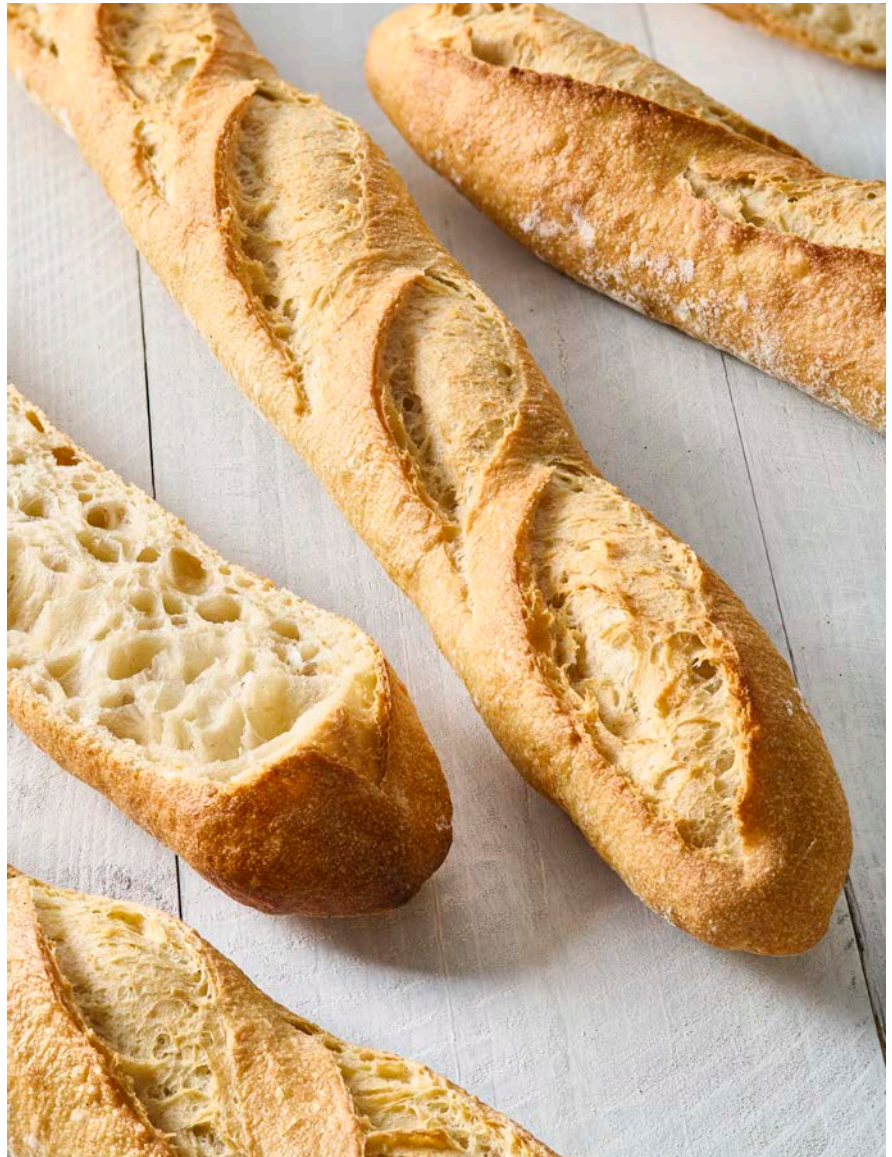
En baguette.

Apprêt

40-45 minutes à température ambiante.

Cuisson

20-23 minutes à 230°C.



Baguette au sarrasin



INGRÉDIENTS

Farine de tradition	850 g
Farine de sarrasin	150 g
Puratos Sapore Oberto	30 g
Pâte fermentée	100 g
Levure	8 g
Sel	18 g
Eau	620 g
Eau de bassinage	70 g
Puratos S500 Power	10 g

COMMENTAIRE

TB 55°C.

MÉTHODE DE TRAVAIL

Autolyse

Frasage de 5 minutes avec l'eau, la farine et le levain Sapore Oberto, puis 20-30 minutes à T° ambiante.

Pétrissage

12 minutes en 1^{ère} vitesse et 1 minute en 2^{ème} vitesse si besoin.

Température de pâte

23-24°C.

Pointage

35 minutes à température ambiante.

Division

En pâton de 350g et mise en forme légère.

Repos

30 minutes.

Façonnage

En baguette

Aprêt

7°C pendant 16h

Cuisson

23 minutes à 260°C.



Baguette de grand épeautre

INGRÉDIENTS

Farine de tradition	350 g
Farine d'épeautre	650 g
Puratos Sapore Senta Tempo	180 g
Levure	8 g
Eau TB 55°C	630 g
Pâte fermentée	150 g
Puratos S500 Power	10 g

MÉTHODE DE TRAVAIL

Température de pâte
23°C.

Pétrissage

12 minutes en 1^{ère} vitesse et 2 minutes en 2^{ème} vitesse.

Pointage en masse

30 minutes à température ambiante.

Pointage

30 minutes.

Façonnage

En baguette.

Division

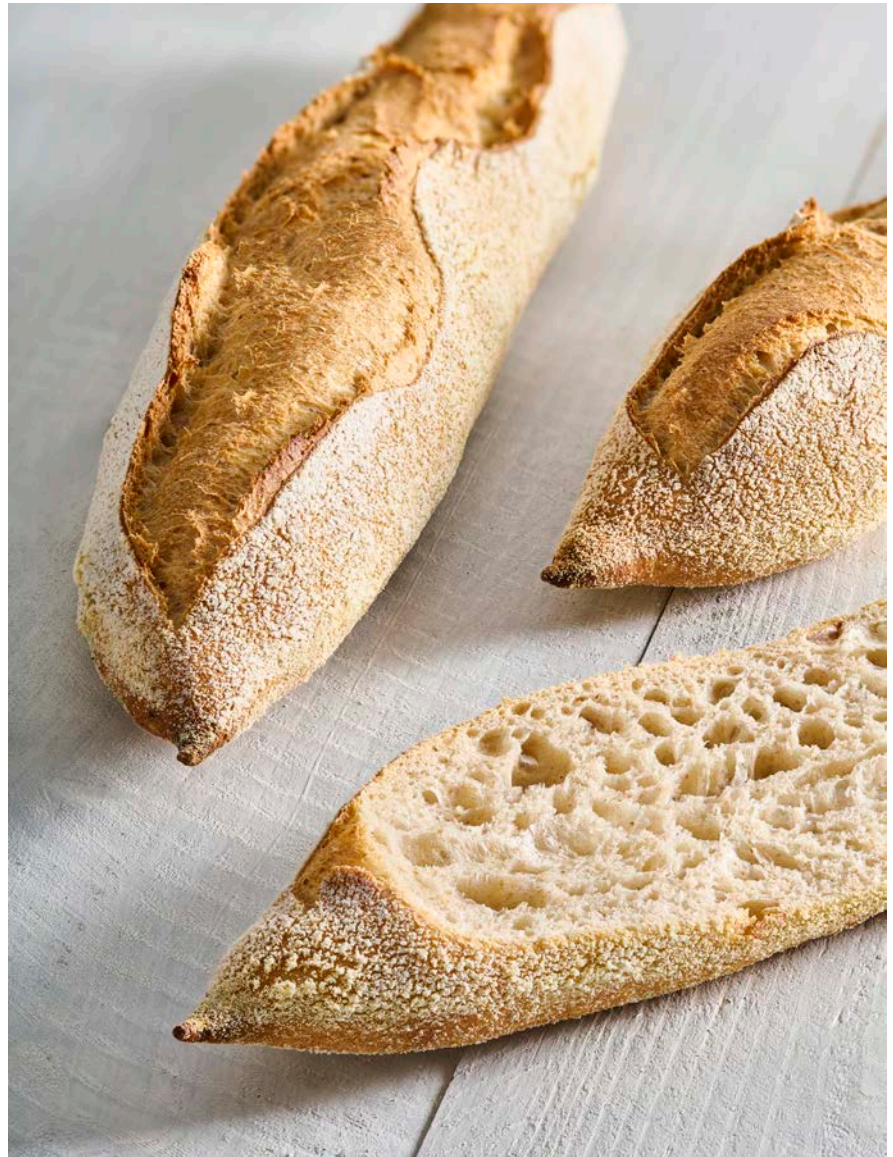
En pâton de 350g et mise en forme légère.

Apprêt

12h -18h de fermentation longue à 7°C.

Cuisson

20-23 minutes à 260°C.



Pain viennois



INGRÉDIENTS

Farine de gruau	500 g
Farine courante	500 g
Lait (TB: 47)	500 g
Œufs	150 g
Sel	18 g
Levure	40 g
Sucre	70 g
Puratos S500 Spécial	10 g
Puratos Mimetic Essentiel Incorporation	150 g
Puratos Prima Madre	70 g
Puratos Sapore Salomé	50 g
Belcolade Mini Gouttes Noires 44%	200 g

MÉTHODE DE TRAVAIL

Pétrissage (spirale)

8 minutes en 1^{ère} vitesse et 4 minutes en 2^{ème} vitesse.

Température de pâte

24°C.

Pointage

20 minutes.

Division

140g.

Repos

30 minutes au froid.

Façonnage

En demi-baguettes et les disposer sur plaque à viennoise.

Décors / Coup de lame

Dorer au **Sunset Glaze** et lamer les demi-baguettes en saucisson.

Apprêt

1h30 à 25°C.

Cuisson

23 minutes à 200°C au four à sole.



Pain Nordique Rugbrød à la française



INGRÉDIENTS

Farine de seigle	1000 g
Farine T65	1000 g
Puratos Crea Plus Saveurs Nordic	800 g
Levure	40 g
Sel	40 g
Eau	2400 g
Puratos Sapore Salomé	100 g
Noix	400 g
Noisette	400 g

Puratos Mélange 5 Graines en topping

COMMENTAIRES

Préalablement, torréfier les noix et les noisettes

MÉTHODE DE TRAVAIL

Pétrissage (spirale)

8 minutes en 1^{ère} vitesse et 3 minutes en 2^{ème} vitesse.

Température de pâte

25°C puis incorporer les fruits secs légèrement concassés et torréfiés.

Division / Mise en forme

600g par moule.

Dimensions du moule : 75 mm (base) x 80 mm (hauteur) x 180 mm (longueur).

Façonnage

A la corne, déposer la pâte dans un moule graissé et chemisé du mélange 5 graines.

Apprêt

15h à 4-5°C.

Décor / Coup de lame

Mettre un coup de corne carré sur le milieu du pain puis y déposer le mélange 5 graines sur le dessus.

Cuisson rotatif

240°C pendant 30 minutes puis 15 minutes de séchage.

Emballage / Stockage

Quand la température à cœur atteint 25-28°C, emballer les produits jusqu'à refroidissement complet pour une meilleure conservation.



Pain couronne aux graines

INGRÉDIENTS

Farine de seigle T130	600 g
Farine de sarrasin	200 g
Farine d'épeautre	200 g
Eau (TB: 75)	750 g
Sel	20 g
Levure	5 g
Pâte fermentée	100 g
Puratos Sapore Traviata	30 g
Puratos Softgrain Multigrain	300 g

MÉTHODE DE TRAVAIL

Pétrissage (spirale)

8 minutes en 1^{ère} vitesse puis 3 minutes en 2^{ème} vitesse en ajoutant le softgrain à la fin du pétrissage.

Température de pâte

28°C.

Pointage

1 heure.

Division

1100 g.

Repos

30 minutes.

Façonnage

Faire une légère boule avec la soudure dans la farine, l'aplatir à la main pour former un disque de pâte. Faire un trou au milieu avec le pouce et rabattre l'intérieur et l'extérieur de la couronne entre eux. Enfin, déposer la couronne dans un banneton fariné.

Apprêt

1h à 25°C.

Cuisson

Environ 45 minutes à 240°C avec buée avant et après l'enfournement puis laisser sécher 15 minutes.



Pain méteil aux graines



INGRÉDIENTS

Farine de seigle T130	800 g
Farine de tradition	200 g
Eau (TB:70)	680 g
Sel	18 g
Levure	7 g
Pâte fermentée "blanche"	1100 g
Puratos Sapore Oracolo	150 g
Puratos Softgrain 5 Bio	500 g

MÉTHODE DE TRAVAIL

Pétrissage (spirale)

11 minutes en 1^{ère} vitesse et 3 minutes en 2^{ème} vitesse.

Température de pâte

24°C.

Pointage

30 minutes à température ambiante et 12h à 4°C.

Division

1000 g en forme de carré.

Repos

30 minutes.

Façonnage

Dégazer les pâtons puis ramener les 4 coins au centre pour façonner en carré.

Aprêt

1h à 25°C.

Décor / Coup de lame

Fariner et lamer en polka.

Cuisson

Environ 45 minutes à 240°C en mettant de la buée avant et après enfournement, faire sécher 15 minutes.



Pain intégral



INGRÉDIENTS

Farine de meule T150	1000 g
Eau (TB : 52)	750 g
Puratos Sapore Olympie CRC	200 g
Sel	25 g
Levure	8 g
Puratos Sapore Salomé	20 g

ASTUCES :

Température finale maximum 23°C.

MÉTHODE DE TRAVAIL

Pétrissage (spirale)

8-10 minutes en 1^{ère} vitesse et 5 minutes en 2^{ème} vitesse.

Température de pâte

23-24°C.

Pointage

30 minutes à température ambiante, et 12h à 5°C.

Division

En pâton de 400g et préfaçonner en boule.

Façonnage

Détente 30 minutes et façonner en batard.

Aprêt

1h à 1h30 à température ambiante.

Décor / Coup de lame

1 coup de lame.

Cuisson

15 minutes à 260°C et 15 minutes à 210°C.



Pain de Campagne

INGRÉDIENTS

Farine de tradition	800 g
Farine de seigle	200 g
Eau	650 g
Sel	18 g
Levure	8 g
Eau de bassinage	50 g
Puratos Sapore Olympie CRC	200 g

MÉTHODE DE TRAVAIL

Pétrissage (spirale)

10 minutes en 1^{ère} vitesse puis 5 minutes en 2^{ème} vitesse.

Température de pâte

24°C.

Pointage

45 minutes avec un rabat à mi temps puis diviser.

Division

550g.

Repos

30 minutes.

Façonnage

En bâtard.

Apprêt

16h à 6°C.

Décors / Coup de lame

Un coup de lame au centre.

Cuisson

Environ 40 minutes à 240°C et 10 minutes de séchage.



Pain au son



INGRÉDIENTS

Farine de tradition	1000 g
Gros son	200 g
Puratos Sapore Alcina	200 g
Eau TB 55°C	820 g
Sel	18 g
Levure	10 g
Eau de bassinage	65 g

COMMENTAIRES

Il est très important de faire une autolyse pour une hydratation optimale.

MÉTHODE DE TRAVAIL

Autolyse

Faire une autolyse avec la farine, l'eau, le gros son et le levain **Sapore Alcina**.

Température de pâte
23°C.

Pétrissage

12 minutes en 1^{ère} vitesse et 2 minutes en 2^{ème} vitesse.

Pointage

45 minutes à 1h à température ambiante.

Division

En pâton de 400g et mise en forme légère.

Façonnage

En batard roulé dans le son.

Apprêt

30 minutes à 45 minutes à température ambiante.

Cuisson

20-23min à 250°C.



www.puratos.fr

PatisFrance-Puratos
Parc d'affaires Silic - 40 rue de Montlhéry
BP 80179 - 94 563 Rungis Cedex - France
T : 01 45 60 83 83
E : patisfrance@puratos.com

