

RECETTE PAIN (ET BRIOCHE)

Les Coquelicots du Vexin Normand

Atelier du Samedi 13 octobre 2018

Recettes

PAIN SEMI-COMPLET

1 kg de farine semi-complète (type 80) bio
15 gr de sel de guérande (de préférence)
700 gr (soit 70 %) d'eau à 25°
50 gr de levain (pour 12 h de levée)

Battre le sel avec l'eau et le levain (liquide)

Puis on ajoute la farine

On rabat le bord vers le centre avec les doigts vers le centre en tournant le récipient.

Après une pause d'1 h, on prépare la 1^{er}e boule : On saupoudre de farine le dessus de la pâte dans son récipient et on met un peu de farine sur la table

On détache la pâte avec une spatule (corne de boulanger) en tournant le récipient puis on ramasse le tout pour le jeter sur la table (face déjà farinée sur la table).

On prendra soin de ne pas ajouter plus de farine qu'il n'en faut pour qu'elle n'attache pas.

Rabat et moulage

On plie la pâte en rabattant la moitié haute vers soi, on appuie et on reprend après avoir tourné la pâte d'1/4 de tour, on reprend de nouveau le pliage depuis le haut vers le bas, on appuie sur la pâte, on tourne de nouveau d'1/4 de tour, etc jusqu'à un aspect satisfaisant.

On tourne la pâte dans le plat des 2 mains puis main gauche vers le bas tandis que la main droite bas vers le haut (ou l'inverse, mais à l'opposé l'une de l'autre) et on incline les mains de façon à ce qu'elles passent sous la pâte jusqu'à former une belle boule.

On va faire 3 rabats et moulage à 20 mn d'intervalle

Après le 3^e rabat, préférez fermer le récipient avec un couvercle métallique ou plastique (sans contact avec la pâte) plutôt qu'un torchon qui laisserait passer l'air.

Compter 10 à 12 h avant la découpe et le moulage final (Heure 0 = début fabrication pâte)

Cuisson (penser aux incisions sur le dessus de la pâte avant d'enfourner)

- dans une cocotte en fonte : démarrer la cuisson dans four froid température 230° (chaleur tournante) pendant 1h30 à 2h

- sur plaque four chaud 240° chaleur tournante pendant 30 mn

Pour contrôler la cuisson on peut piquer un couteau fin qui ressortira sec ou mouillé (cuit pas cuit) et on peut taper avec le couteau à l'extérieur du pain : s'il sonne creux, il est cuit !

Pain semi-complet version rapide (version atelier !) :

500 gr de farine 80 (semi-complète)
9 gr de Levure épeautre bio pour pains et pâtes levées
100 gr de levain (liquide)
8 gr de sel de guérande
300 gr d'eau à 25°

Mettre la farine dans un récipient
Faire un puits, y mettre la levure, le levain et le sel, et enfin l'eau.

Ramener la farine vers le centre avec les doigts jusqu'à homogénéité. Mais il faut qu'elle soit un peu collante à l'arrivée (si besoin ajouter un peu d'eau)

Après une pause d'1 h, on prépare la 1^{er}e boule : On saupoudre de farine le dessus de la pâte dans son récipient et on met un peu de farine sur la table
On détache la pâte avec une spatule (corne de boulanger) en tournant le récipient puis on ramasse le tout pour le jeter sur la table (face déjà farinée sur la table).
On prendra soin de ne pas ajouter plus de farine qu'il n'en faut pour qu'elle n'attache pas.

Rabat et moulage

On plie la pâte en rabattant la moitié haute vers soi, on appuie et on reprend après avoir tourné la pâte d'1/4 de tour, on reprend de nouveau le pliage depuis le haut vers le bas, on appuie sur la pâte, on tourne de nouveau d'1/4 de tour, etc jusqu'à un aspect satisfaisant.

On tourne la pâte dans le plat des 2 mains puis main gauche vers le bas tandis que la main droite bas vers le haut (ou l'inverse, mais à l'opposé l'une de l'autre) et on incline les mains de façon à ce qu'elles passent sous la pâte jusqu'à former une belle boule.

On va faire 3 rabats et moulage à 20 mn d'intervalle

Après le 3^e rabat, préférez fermer le récipient avec un couvercle métallique ou plastique (sans contact avec la pâte) plutôt qu'un torchon qui laisserait passer l'air.

Compter 6 h avant la découpe et le moulage final (Heure 0 = début fabrication pâte)

Cuisson (penser aux incisions sur le dessus de la pâte avant d'enfourner)

- dans une cocotte en fonte : démarrer la cuisson dans four froid température 230° (chaleur tournante) pendant 1h30 à 2h
- sur plaque four chaud 240° chaleur tournante pendant 30 mn

Pour contrôler la cuisson on peut piquer un couteau fin qui ressortira sec ou mouillé (cuit pas cuit) et on peut taper avec le couteau à l'extérieur du pain : s'il sonne creux, il est cuit !

Brioche

Dans l'ordre :

1/ eau : 100 gr d'eau

2/ sel : 20 gr de sel

3/ sucre : 150 gr de sucre

4/ œufs : 10 œufs

5/ farine : 1 kg de farine Type 80 + 2 sachets de levure de boulangerie de 9 g chacun

6/ beurre : 1 plaquette de beurre

Procéder au mélanger par ordre puis laisser fermenter 3 à 5 h puis procéder à 3 rabats successifs avec des pauses de 30 mn à température ambiante. Pose d'un plastique sur la pâte (pour empêcher l'air d'entrer)

Former des bannettes ou des boules de 30mm pour une grande brioche et cuire au four chaud à 150° - 180°