

Pain au Chanvre

Méthode en froid

	Recette de base (gr)	Recette à pétrir (gr)
<i>Farine Pain au Chanvre</i>	1 000	
<i>Eau</i>	720	
<i>Eau de Bassinage</i>	30	
<i>Sel</i>	15	
<i>Levure</i>	8	

<u>Poids total</u>	1 773	
---------------------------	-------	--

	Spirale
<i>Température de base</i>	56°C
<i>Température de la pâte</i>	23 - 25°C
<i>Température eau de coulage</i>	
<i>Température farine</i>	
<i>Température fournil</i>	

<u>Poids total de commande</u>	
<u>Coefficient</u>	

	Spirale (min)
<i>Pétrissage 1^{ère} Vitesse</i>	8
<i>Pétrissage 2^{ème} Vitesse</i>	2 à 3

<i>Pétrissage</i>	Pétrir jusqu'à décollement de la pâte. Consistance de la pâte souple.	
<i>Pointage</i>	60 min à température ambiante avec 1 ou 2 rabats toutes les 30 min en fonction de la force de la pâte.	
<i>Mise en froid</i>	12 à 16 h à 4°C	
<i>Division</i>	En pâtons allongés de 250 gr pour des petites baguettes. En pâtons de 330 gr pour des boules ou tabatière légèrement boulé.	
<i>Détente</i>	20 min	
<i>Façonnage</i>	<u>Petites baguettes et boules</u> : Déposer sur couche farinée. <u>Tabatières</u> : Fariner la moitié du pâton, étaler au rouleau 1/3 de la pâte pour former une languette, huiler légèrement les bords de la languette et replier par-dessus le reste du pâton. Retourner le pâton pour l'apprêt, languette en dessous, sur une couche farinée.	
<i>Apprêt</i>	60 à 90 min à température ambiante	
<i>Cuisson</i>	Fariner légèrement Enfourner entre 250 et 260°C <u>Idée décor</u> : Possibilité de fariner avec un flochage.	
<i>Temps de cuisson</i>	Environ 25 min	