

La popotte d'Eugénie

Rendez-vous dans ma cuisine



Baguettes & Petits pains

Le 29 octobre 2008

1

J'ai longtemps cherché la recette de pain idéale selon nos goûts et à chaque fois il y avait quelque chose qui n'allait pas. Trop de croute, pas assez, trop dense, pas assez de goût etc...

Et puis un jour je suis tombée sur le livre « [Gontran fait son pain](#) ».

Sans réelle conviction j'ai testé sa recette de la Baguette Quotidienne et dès la première tentative le résultat a enchanté toute la famille, aujourd'hui c'est devenu la recette de notre pain quotidien !

Votre panier pour 2 baguettes :

370 gr de farine type 55

23 cl d'eau tiède

1 cuil à café rase de levure de boulanger sèche

1 cuil à café pleine de sel



Commencez par délayer votre levure dans votre eau tiède. Il est important que l'eau ne soit pas froide car dans ce cas la levure ne s'activerait pas, mais pas bouillante non plus, car dans ce cas là les champignons seraient détruits et votre levure inefficace.

Si vous bénéficiez d'un robot avec un pétrin vous pouvez opter pour cette solution et laisser la machine travailler. Longtemps je l'ai fait, mais depuis maintenant plusieurs années je pétris mon pain à la main et quel bonheur.

Commencez par mettre votre farine sur votre plan de travail et creusez-y non pas un puits (trop peu pratique) mais un cratère avec le fond de votre bol de pesée. Ainsi vous aurez un large espace (à peu près la taille d'une assiette à dessert) limité par un tour de farine qui empêchera les liquides de s'échapper.

Répartissez votre sel sur votre farine. Ne mélangez pas votre sel à votre levure afin que ce dernier fonde, il neutralise la levure !!

Commencez par verser un peu d'eau « levurée » au centre de votre cratère et en utilisant qu'une seule main commencez à y mélanger la farine en partant de l'intérieur. Ainsi votre deuxième main reste propre si vous devez ajouter de la farine ou décrocher le téléphone ! Ajouter l'eau progressivement.

Une fois que vous obtenez une boule, pétrissez la énergiquement pendant une quinzaine de minutes, puis laissez là reposer 30 minutes sous un torchon sans oublier de légèrement fariné votre pâton afin qu'il ne colle pas au tissu.

En aucun cas, comme indiqué dans la recette de Gontran Cherrier, n'utilisez un sac poubelle coupé en deux !!! Les sacs poubelles sont traités avec des insecticides, ils ne sont donc pas à mettre en contact avec des denrées alimentaires !!

Après 30 minutes divisez votre pâton afin de préparer soit vos baguettes, ou vos petits pains individuels etc... et laissez les vos parts à nouveau reposer 15 minutes avant de façonner vos pains ou baguettes.

Cette fois vous y êtes, il ne vous reste plus qu'à façonner vos baguettes.

*Cette recette vous a été proposée par La Popotte d'Eugénie
J'espère qu'elle vous réglera, merci pour votre visite et à très bientôt !*

Cette étapes a également énormément d'importance et peut faire toute la différence. Afin d'avoir un pain bien gonflé et souple il est important de plier votre pate.

« - Mais qu'est ce qu'elle dit !!!!! »

Chassez l'air de votre pâton et donnez-lui la forme, approximative d'un rectangle.

Rabattez le tiers du haut vers le milieu et soudez-le sommairement.

Puis faites de même avec le tiers du bas.

Enfin soudez ensemble le haut et le bas en pliant à nouveau votre pâton en deux, affinez les pointes et déposez votre baguette à reposer une nouvelle heure sur un torchon fariné.

Préchauffez votre four à 240°

1 minute avant d'enfourner vos baguettes mettez dans votre four un récipient avec de l'eau afin de générer de la vapeur qui va permettre à votre pain de bien gonfler et vous aurez également une belle croûte.

Donnez 2 coups de lame sur vos baguettes pour permettre au pain de gonfler sans contrainte.

Enfournez et baissez immédiatement votre four à 210°

Laissez cuire 10 à 12 minutes en fonction de la taille de vos baguettes.

Lorsqu'un pain est cuit, en le retournant et en « toquant » il doit sonner creux.

Vous pouvez ajouter des graines de pavot, de sésame etc... avant la cuisson.



Eugénie

*Cette recette vous a été proposée par La Popotte d'Eugénie
J'espère qu'elle vous réglera, merci pour votre visite et à très bientôt !*