

La popotte d'Eugénie

Rendez-vous dans ma cuisine



Poolish

Le 22 mars 2009

1

La poolish a changé ma vie et mon approche du pain !

Quel bonheur de réussir à chaque fois mes baguettes, mes épis ou mes boules.

J'ai hâte que les légumes d'été s'installent vraiment afin de tester les pains pour Barbajuans !!

Nettement plus efficace que de la simple levure de boulanger, mais moins aromatique que le levain, la poolish est pour moi l'idéal.

Votre panier :

150 gr de farine type 55

150 gr d'eau tiède

½ cuil à café de levure sèche

Le top c'est quand plus cette préparation ne demande que quelques minutes de préparation et peut être incorporée à votre pâte à pain au bout d'une heure.

Personnellement je la laisse reposer au moins 2h à chaleur ambiante.

Il est possible de la conserver dans votre frigidaire pour vous en servir le lendemain, en la filmant au contact.

En cas de passage au réfrigérateur, laissez-la se tempérer une petite heure à température ambiante.



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 !*