

Artipan Anciennes Céréales Pain

Le pain aux anciennes céréales est une combinaison exceptionnelle d'ingrédients tant bien connus que oubliés. Cette sélection de 9 graines et céréales nous fait remonter le temps. Le résultat: un pain tout à fait pur, à la composition et au goût tout à fait uniques. A base d'épeautre.



Recette

Artipan Anciennes Céréales	100%	1.000 g
Eau (*)	48%	480 g
Levure	2-2,5%	20-25 g

Sel à ajouter selon les dispositions légales.

(*) Dosage indicatif. L'hydratation peut varier d'une récolte à l'autre.

Méthode de travail

Pétrissage

Type spirale

Suffisamment long en 1ère vitesse afin de maximaliser l'absorption d'eau (ca 5 à 8 minutes).

Pétrissage en 2ième vitesse jusqu'au lissage de la pâte.

Température de la pâte

26 °C

Temps de pousse

Pointage

15-20 min

Détente

20 min



Apprêt	60-70 min
Décoration	Apposer le pochoir et saupoudrer avec de la fleur de seigle.
Cuisson	35 min / 240 °C à 230 °C

