

FARINE D'ÉPEAUTRE



La farine d'épeautre est une farine résultat de la mouture du grain d'épeautre à 100%.



FARINE D'ÉPEAUTRE

RECETTE

Farine d'épeautre	100%
Eau	Environ 60%
Levure	2,5-3%
Sel	1,7%
Forti Aktif Blanc	2-3%

MÉTHODE DE TRAVAIL

Pétrissage	Type spirale : 7 minutes lentement, pétrissez pour obtenir une pâte bien développée Type oblique : 5 minutes lentement, 15 minutes vite
Préfermentation	20 minutes
Fermentation en boule	20 minutes
Décoration	Farine et/ou vapeur
Apprêt	60-70 minutes
Cuisson	40-50 min / 235°C à four tombant. Il peut aussi être panifié en chambre de fermentation.



CARACTÉRISTIQUES

- Valeur nutritionnelle élevée
- Contient plus de matières minérales et de vitamines comparé aux autres céréales



APPLICATIONS

- Pain d'épeautre aromatique