

Aux Petits Bonheurs d'Ottoki...
<http://bonheursdottoki.canalblog.com/>

Pétrissage Kitchenaid

Miche aux céréales au levain

J'ai déjà réalisé cette miche de pain aux céréales mais jamais au levain. La voici donc AU LEVAIN, pour vous, mes chums de la boulange et adeptes du levain liquide Kayser et de la cuisson cocotte, comme moi !



Je n'ai pas pesé cette méga miche mais elle doit avoir environ le même poids que celle à la levure = 1,700 kg environ.

Voici comment j'ai procédé

Il vous faudra nourrir votre levain à la farine T65, environ 12 h avant, pour qu'il bulle bien et soit bien actif et ceci, afin d'en avoir suffisamment car il en faut quand même **230 g !**

Dans le bol du KitchenAid

2 pincées de levure si votre levain n'est pas assez actif (ça aide à la levée)
750 g de farine T65
400 g de farine céréales*
230 g de levain liquide Kayser
635 g d'eau tiède (oui, 635 g)
4 cc de sel

Adapter le crochet pétrisseur.

Pétrir 10 min à VIT 2.

Temps de pose de 10 à 15 min.

Pétrir de nouveau 10 min à VIT 2.

Laisser lever le pâton, dans le bol, recouvert d'un film étirable. Lorsqu'il atteint le haut du bol, vous pouvez chemiser une cocotte avec du papier cuisson. Ma cocotte est en fonte et fait 27 cm de diamètre.

Faites tomber le pâton sur votre plan de travail bien fariné.

Le façonner en rabattant les bords par en-dessous (le boulage) puis le déposer délicatement dans la cocotte. Votre pâton doit former une boule bien généreuse.

Saupoudrer de farine à l'aide d'une petite passoire, faire les grignes avec une lame de cutter, une lame de rasoir ou une incisette si vous en avez).

Fermer le couvercle de la cocotte et enfourner départ four froid.

Cuire 1 h 10 à 250°C puis ôter le couvercle et remettre 5 min pour avoir une belle croûte hyper croustillante.

Dès la sortie du four, déposer le pain sur une grille pour laisser échapper la vapeur, afin qu'il ne ramollisse pas.

Mes Remarques

*Pour conserver votre pain au levain, emmaillotez-le dans un torchon en coton ou en lin.
Le pain au levain se garde plus longtemps que le pain à la levure.*

Bien sûr, vous pouvez diviser les quantités par deux, si vous préférez faire une miche plus petite.

**Je me procure ma farine au moulin Gheerbrant à Chatebier, en Haute-Saône (département 70) et elle est vendue sous la dénomination :
"Multigrains" en sac de 2 ou 5 kg.*