



PAIN SANS PÉTRISSAGE

- 1 kg de farines. Base : 200g de T110 et 800g de T65. Possibilité d'intégrer farine de maïs (très peu), châtaigne, seigle, petit épeautre...
 - 1 sachet de levure boulangère
 - 4 cac de sel
 - 800 ml d'eau environ
-
- Mélanger les farines puis ajouter la levure, le sel.
 - Ajouter l'eau en mélangeant à la cuiller de bois jusqu'à ce que il ne subsiste plus de zones sèches.
 - Laisser lever (de 4 à 18h sans souci)
 - Chauffer le four à 210° et enfourner pour environ 1h 15 (en fonction du programme choisi ceci peut varier).

L'avantage de cette technique est qu'il n'y a pas de pétrissage. Il vous faut 10' pour les mélanges et 5' pour le préchauffage du four. J'utilise comme moule un rectangle à pâtisserie dans lequel je place un papier cuisson ou quand je fais de petites quantités un moule à cake en silicone.