

MAÏS ÉPEAUTRE

Le fournil

Méthode de fabrication

Fleurage avec farine de maïs

DIAGRAMME DIRECT :

RECETTE

- Maïs - épeautre 1 000 g
- Hydratation 580 g / 600g
- Levure 20 g



MISE EN OEUVRE

- Pétrissage 3 minutes (1ère vitesse) + 6 minutes (2ème vitesse)
- Pointage 15 minutes
- Division 350 g
- Mise en forme Bouler
- Détente 15 minutes
- Façonnage, mise en moule aluminium (dimension : L : 16cm / l : 8cm / h : 6cm)
- Apprêt 1h30
- Cuisson 30 min à 240°C



MAÏS ÉPEAUTRE

Le fournil

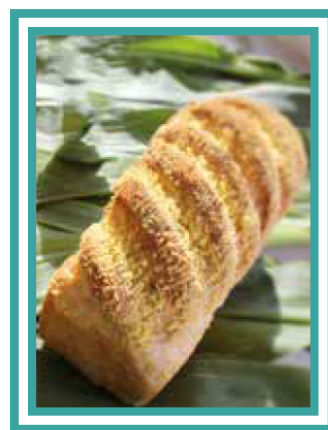
Méthode de fabrication

Fleurage avec farine de maïs

DIAGRAMME EN POUSSE CONTROLÉE

RECETTE

- Maïs - épeautre 1 000 g
- Hydratation 580 g
- Levure 20 g



MISE EN OEUVRE

- Pétrissage 3 minutes (1ère vitesse) + 6 minutes (2ème vitesse)
- Pointage 15 minutes
- Division 350 g
- Mise en forme Bouler
- Détente 15 minutes
- Façonnage, mise en moule aluminium (dimension : L : 16cm / l : 8cm / h : 6cm)
- Blocage au froid 2°C
- Réchauffe 2h à 24°C
- Cuisson 30 min à 240°C

