

LES INGRÉDIENTS ET LE MATÉRIEL



125 g de farine



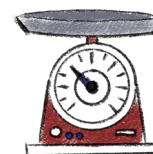
7,5 cl d'eau



un saladier



un verre mesureur



une balance



2 g de sel



2 g de levure fraîche de boulanger

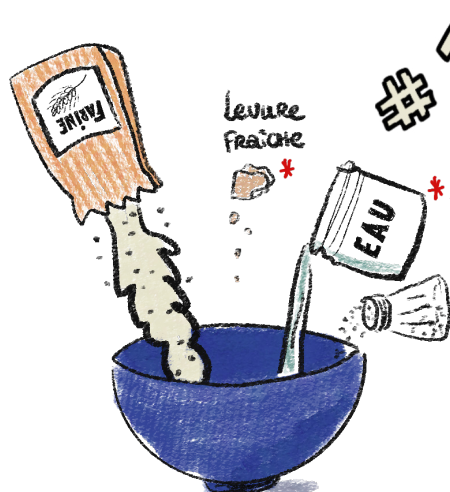


un four



du papier sulfurisé

LE PAIN DE CHRISTOPHE



#1

LE FRASAGE

Dans un saladier, mettez la farine et le sel. Ajoutez la levure et émiettez-la avec vos doigts.

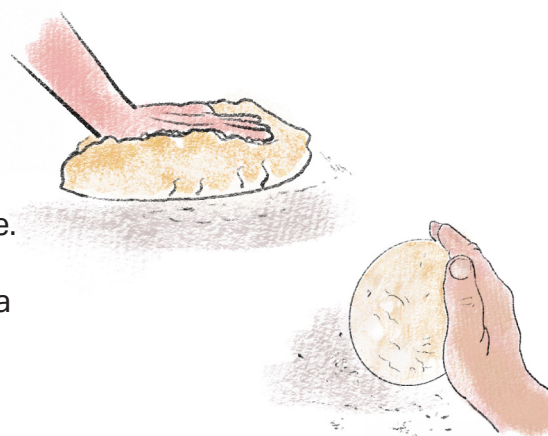
Formez un puits et versez-y l'eau. Avec une main, mélangez l'eau à la farine et tournez la pâte jusqu'à ce qu'elle soit élastique et légèrement collante. Il ne doit plus y avoir de farine au fond !

* à température ambiante

#2 LE PÉTRISSAGE

Mettez un peu de farine sur la table. Posez-y votre pâte.

Aplatissez-la délicatement en galette. Tirez chaque bord pour le ramener au centre en faisant tourner un peu la pâte après chaque action et formez une boule.



#3 LA DÉTENTE

Laissez reposer la pâte afin que le pain prenne du goût.



De 15 minutes à 1 heure.



#4 LE FAÇONNAGE

(donner une forme au pain)

De nouveau, aplatissez délicatement la pâte en galette, tirez 2 bords opposés pour les ramener au centre.

Créez un sillon au milieu afin que la pâte ressemble à un grain de riz. (1)



Avec le sillon, formez une bouche en pliant la pâte. (2)

Roulez la pâte puis formez une mini baguette. Posez le pain côté « bouche » sur du papier sulfurisé. (3)



#5 L'APPRÊT DU PAIN

Laissez reposer et fermenter une seconde fois la pâte.

Préchauffez votre four à 250°C.



De 15 minutes à 1h30.

#6 LA CUISSON

Déposez votre pain dans un four à 250°C. Ajoutez de l'eau dans la lèchefrite pour créer de la vapeur.

Laissez cuire 20 minutes environ.



20 minutes

.....**BONNE DÉGUSTATION !**.....

