

# Le gros pain

## d'Éric Kayser



### Shopping : pour deux ou trois pains

- 100 g de levain liquide
- 500 g de farine T65
- 330 g d'eau à 20°
- 3 g de levure boulangère fraîche ou 1.5 g de levure sèche boulangère
- 11 g de sel

### In process :

- Dans la cuve du robot pétrin, versez la farine et l'eau.
- Pétrissez pendant 5 minutes à vitesse lente.
- Sortez la cuve du batteur, et laissez reposer sous un linge humide pendant 1 heure.
- Dans la cuve du robot pétrin, rajoutez le levain, la levure et le sel.

- Pétrissez pendant 4 minutes à vitesse lente, puis 8 minutes à vitesse rapide.
- Formez une boule.
- Laissez pousser pendant 1h15 sous linge légèrement humide.
- Déposez le pâton sur un plan de travail fariné.
- Divisez-le en 2 morceaux poids égal (460g environ)
- Roulez-les sur eux-mêmes en les allongeant légèrement, couvrez à nouveau d'un linge humide et laissez reposer 30 minutes.
- Aplatissez délicatement les pâtons avec la paume de la main.
- Prenez-les dans le sens de la longueur.
- Repliez un tiers de pâton, et pressez avec la paume de la main. Faites de même avec un peu plus que l'autre tiers pour tout recouvrir.
- Pliez-le en deux dans le sens de la longueur et soudez les bords en appuyant avec la base de la main.
- Roulez-le sous vos mains pour l'allonger à 50 cm environ.
- Arrondissez-les extrémités et faites de même avec l'autre pâton.
- Disposez les pâtons sur une plaque tapissée de papier cuisson, soudure en-dessous.
- Laissez pousser pendant 1h20 sous un linge légèrement humide.
- Préchauffez le four à 230°C, en prenant soin de placer une plaque vide dans le bas du four.
- 
- Donnez 3 coups de lame légèrement obliques.
- Versez 5 cl d'eau sur la plaque chaude placée dans le bas du four, puis enfournez les pains pendant 35 minutes.
- Sortir le pain et le mettre tout de suite sur une grille.
- Laisser refroidir sur grille pendant 20 min au moins avant de couper.

*Remarque : si vous n'avez pas de levain liquide, on peut le remplacer par 25g de levain déshydraté.*