

BAGUETTES MAISON

Ingrédients pour 4 demi-baguettes

ou 3 grandes :

- 500g de farine (dans l'idéal T65)
 - 300g d'eau
 - 10g de sel (1,5 cuill. à café)
 - env. 20g de levure fraîche
- ou 1 sachet de levure boulangère sèche
ou 1 sachet de Préparation pour Pain de campagne Gourmandises (ne pas ajouter de sel)
ou 100g de levain liquide ou déshydraté couplé à 3g de levure fraîche



①

Dans le bol d'un robot équipé d'un crochet pétrin, mélangez la farine avec l'eau pendant 5 minutes à petite vitesse. Filmez et laissez de côté pendant 1h, c'est l'autolyse.

②

Ajoutez ensuite la levure d'un côté, le sel de l'autre et pétrissez 7 minutes à petite vitesse.

Puis 5 minutes à vitesse un peu plus grande.

Laissez lever 1h30 dans un endroit tiède et humide (le four préchauffé à 40°C, une serviette humide posée sur le bol), c'est la 1ère pousse.

③

Reprenez la pâte sur un plan de travail fariné et dégazez. Coupez en 3 ou 4 pâtons.

Boulez et laissez reposer 30 minutes, c'est la détente, qui rendra la pâte plus facile à façonner.

④

Façonnez en baguettes, posez sur les empreintes, soudures restant dessous.

Laissez lever une petite heure environ, surveillez qu'elles ne soit pas excessivement levées.

Préchauffez votre four à 230°C.

⑤

Grignez la surface des baquettes avec une incisette ou un couteau et enfournez pour 20 minutes.

Versez env. 50 g d'eau sur la lèche-frite.