

Pain de mie au seigle

Pour 2 pains de mie de 500g

350g de farine de blé

150g de farine de seigle

310g d'eau à 20°C

80g de levain liquide

10g de sel

10g de lait en poudre

40g de sucre

40g de beurre

20g de crème liquide allégée

1 œuf pour la dorure

Dans la cuve du robot versez les farines, l'eau, le levain liquide, le sel, le lait en poudre et le sucre. Mélangez 5 minutes à vitesse lente, puis 10 minutes à vitesse rapide en ajoutant le beurre en morceaux et la crème fraîche 4 minutes avant la fin du pétrissage.

Formez une boule et recouvrez-la d'un linge légèrement humide. Laissez pousser pendant 1 heure, la pâte vas prendre du volume (beaucoup de volume, il faisait chaud ce jour là, elle à plus que doublée mais se n'est pas toujours le cas, ça dépend de la température ambiante).

Farinez le plan de travail. Beurrez deux moules à cake (ou pas, selon votre moule). Divisez la pâte en 4 pâtons de même taille et donnez leur la forme d'une boule sans trop les travailler, laissez reposer 15 minutes sous un linge.

Roulez-les sur eux-mêmes entre vos paumes, de sorte à serrer la pâte vers le bas. Déposez deux pâtons dans chaque moule, sans qu'ils se touchent ni qu'ils remplissent les moules. Badigeonnez-les avec l'œuf battu et laissez pousser pendant 1h30.

Préchauffez le four à 170 °C, placez une plaque dans le bas du four. Passez une seconde couche de dorure à l'œuf sur les pains. Versez 50 ml d'eau sur la plaque chaude, enfournez les pains et faites cuire à 170°C pendant 30 à 40 minutes selon votre four.

