

Pains ciabata aux herbes

Pour 10 pains d'environ 100g

500g de farine

320g d'eau à 20°C

100g de [levain liquide](#)

5 g de levure fraîche

10g de sel

30g d'huile d'olive

2 cuil à soupe de mélange d'herbes pour légumes

Dans le bol du robot versez la farine, l'eau, le levain, la levure et le sel. Démarrez le pétrissage à vitesse lente pendant 5 minutes puis plus rapide pendant 7 minutes. A 4 minutes de la fin du pétrissage incorporez l'huile d'olive en plusieurs fois et à 1 minute de la fin du pétrissage incorporez les herbes.

Couvrez le bol d'un torchon légèrement humide et laissez pousser pendant 1 heure, rabattez la pâte sur elle même et laissez encore pousser pendant 1 heure. La pâte va doubler de volume.

A la fin du temps de pousse, versez la pâte sur un plan de travail généreusement fariné (la pâte est très collante) divisez-la en 10 pâtons (ou moins selon l'envie) roulez-les pour formez des boudins et laissez-les reposer sous un torchon pendant 15 minutes.

Ensuite aplatissez légèrement les boudins puis rabattez-les d'un peu plus d'1/3 dans la longueur, pressez la soudure avec les doigts. Rabattez alors la partie opposée (comme un portefeuille) pressez la soudure avec les doigts et retournez les pâtons obtenus sur un plan de travail toujours bien fariné. Couvrez d'un torchon humide et laissez pousser pendant 1 heure.

Préchauffez le four à 235 °C, placez une plaque de four en position basse dans le four.

Retournez vos pâtons sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé (soudure en haut). Versez 50ml d'eau sur la plaque chaude et enfournez vos pains, 4 minutes à 235°C puis baissez le thermostat à 220°C et laissez cuire encore 12 minutes.

A la sortie du four badigeonnez vos pains d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau.

