Pain sans pétrissage

**Ingrédient**

750 g de farine T 45

2 sachets de levure de boulanger

465 ml d’eau tiède

2 pincées de sel

**Préparation**

Dans un grand récipient, mélanger le sel à la farine puis ajouter la levure de boulanger. Verser l’eau et bien mélanger avec une cuillère en bois.  
Couvrir avec un film alimentaire et laisser pousser à température ambiante minimum 8 heures (ou 34 h pour moi).  
Au bout de ce temps fariner généreusement votre plan de travail, renverser la pâte (liquide) dessus.

Rabattre la pâte sur elle-même avec une spatule en faisant deux ou trois tours.

Recommencer deux ou trois fois toutes les 30 min. Penser à fariner plan de travail si ça colle trop.  
Poser la pâte sur une plaque recouverte de papier de cuisson, couvrir et laisser lever 30 minutes.  
Pendant la pause, allumer le four mode de cuisson traditionnelle à 270 degrés (th 9) avec le plat qui va vous servir de contenant de cuisson, et la lèchefrite posée sur la sole.

Au moment de cuire le pain, sortir le plat avec des MANIQUES sinon c'est les mains qui restent collées....alors attention...  
Soit vous envoyez un voile de pschitt d’huile, soit vous mettez un papier de cuisson.  
Prendre le papier de cuisson où repose votre pâton, et le déposer dans le plat chaud.  
Faire des grignes en oblique et enfourner aussitôt (attention n’oubliez pas que le plat est très chaud) pour 10 minutes à 270°C avec 8 glaçons et eau dans la lèchefrite posée sur la sole.

Puis 10 minutes 250°C.

Et pour terminer 15 minutes à 240°C.

A la sortie du four poser le pain sur une grille et ressuage jusqu’à complet refroidissement avant de le couper.

**Source: Cuisine gourmande de Carmencita**

**Ingrédient**