

# SAVEUR



## RECETTE PAIN AROMATISÉ AU TOMATO MEDITERRANÉEN

### LEVAIN

\*dévitalisé en poudre avec levures

Tomato  
Méditerranéen  
Bio



Blé  
Bio



Seigle  
«doux»  
Bio



Grand  
Epeautre Bio

Terre  
d'Arômes  
BIO

#### Faire son pain à la machine à pain



- Pour un pain de 1 kg cuit
- Temps de préparation : 10 min
- Temps total : 3h30 selon la machine

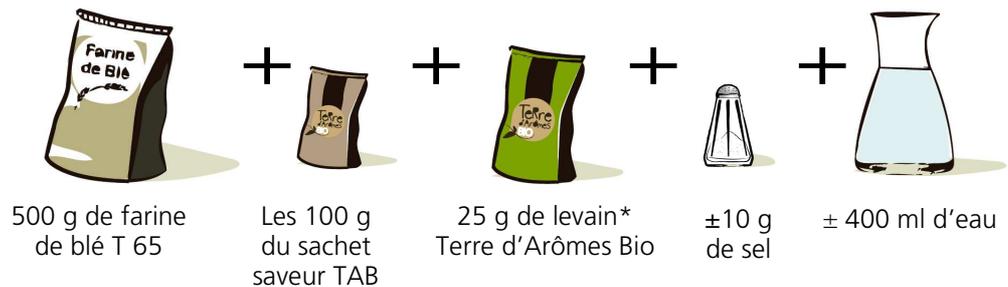


Incorporer les ingrédients dans l'ordre et les proportions ci-dessus. Sélectionner le programme correspondant au pain blanc.

#### Faire son pain à la main avec nos levains\* bio (pétrissage manuel ou au robot avec crochet)



- Pour un pain de 825 g cuit
- Temps de préparation : 25 min réparties sur 2h50
- Temps total : 2h50



Dans un saladier (ou dans le bol de votre robot avec crochet), mélanger 500 g de farine de blé T65, les 100 g du sachet saveur Terre d'Arômes Bio, 25 g du sachet de levain\* Terre d'Arômes Bio, et ± 10 g de sel (≈ une cuillère à café). Dans votre saladier, former un puits. Verser environ 400 ml d'eau à la température « recommandée » = [60°C - (T° de la farine + T° ambiante)]. Pétrir jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse, souple, élastique et non collante environ 10-15 min. Recouvrir la pâte avec un torchon humide et laisser la reposer 30 min à température ambiante. Façonner la pâte en une ou deux boule(s) et les déposer sur une plaque de cuisson recouverte d'un papier sulfurisé. Laisser les lever à l'abri de l'air et à température ambiante jusqu'à ce que la pâte double de volume environ 40-60 min. Préchauffer votre four à 240°C (Th.8) avec la lèchefrite. Faire une ou plusieurs entailles au(x) pain(s) (croix, carré...). Enfourner à mi-hauteur à 220°C (Th.7) et jeter de l'eau sur la lèchefrite chaude pour faire de la buée (ou mettre un ramequin d'eau). Laisser cuire jusqu'à ce que la croûte soit bien dorée environ 30-40 min. Déposer le(s) pain(s) sur une grille et le(s) laisser refroidir. Le(s) conserver dans une huche à pain en bois.

La quantité d'eau varie selon le type (T) de farine utilisée : T80 bise → ≈410 ml ; T110 complète ≈415 ml ; T150 intégrale → ≈430 ml.