

# RECETTE PAIN DE MIE AROMATISÉ AVEC LES SAVEURS FRUITÉES

## LEVAIN

\*dévitalisé en poudre avec levures

## SAVEUR



**Blé  
Bio**



**Seigle  
«doux»  
Bio**



**Grand  
Epeautre Bio**



**Miel  
Raisin  
Abricot**

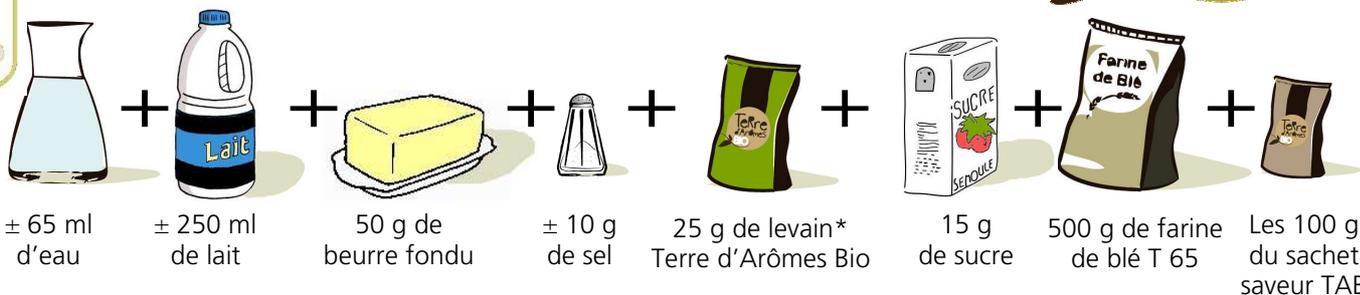


**Muesli  
Miel  
Cassis**



- Pour un pain de 860 g cuit
- Temps de préparation : 10 min
- Temps total : 3h30 selon la machine

### Faire son pain de mie à la machine à pain

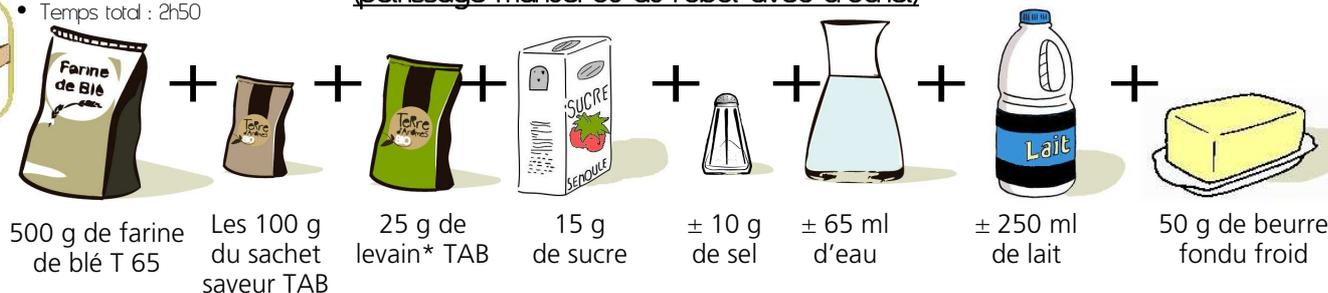


Incorporer les ingrédients dans l'ordre et les proportions ci-dessus. Sélectionner le programme correspondant au pain blanc.

- Pour un pain de 810 g cuit
- Temps de préparation : 25 min réparties sur 2h50
- Temps total : 2h50

### Faire son pain de mie à la main

(pétrissage manuel ou au robot avec crochet)



Faire fondre 50 g de beurre et le laisser refroidir. 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, 15 g de sucre et ± 10 g de sel (≈ une cuillère à café bombée). Dans votre saladier, former un puits. Verser environ 65 ml d'eau à la température « recommandée » = [60°C - (T° de la farine + T° ambiante)], 250 ml de lait et 50 g de beurre fondu froid. Pétrir jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse, souple, élastique et non collante environ 10-15 min. Recouvrir la pâte et la laisser reposer 30 min à température ambiante. Diviser la pâte en deux. Sur un plan fariné, les façonner en boudin bien serré et les mettre chacun dans un moule à cake beurré. Les laisser lever pendant 1h recouverts d'un torchon humide à température ambiante. Préchauffer votre four à 200°C (Th.6-7) avec la lèchefrite. Badigeonner d'eau les pains avec un pinceau puis les enfourner à 180°C (Th. 6) à mi-hauteur 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 les pains sur une grille et les laisser refroidir. Les conserver dans une huche à pain en bois.

La quantité d'eau varie selon le type (T) de farine utilisée : T80 bise → ≈75 ml ; T110 complète ≈80 ml ; T150 intégrale → ≈95 ml.