

Pain aux anciennes céréales

Le pain aux anciennes céréales est une combinaison exceptionnelle d'ingrédients tant bien connus que oubliés. Cette sélection de 9 graines et céréales nous fait remonter le temps. Le résultat: un pain tout à fait pur, à la composition et au goût tout à fait uniques. A base d'épeautre.

Ingrédients

Composition de la pâte

Artipan Anciennes céréales	100%	1.000 g
Eau	48-50%	480-500 g
Levure	2-2,5%	20-25 g
Sel: conformément aux prescriptions légales		



Méthode de travail

Pétrissage

Type spirale 5 min lent, 6 min rapide

Type pétrin à bras 5 min lent, 15 min rapide

Température de la pâte 24-25 °C

Temps de pousse

Pointage 15-20 min

Détente 20 min

Apprêt 60-70 min

Décoration Apposer le pochoir et saupoudrer avec de la fleur de seigle.

Cuisson 40-50 min / 225 °C

