

# PAIN DE CAMPAGNE TRADITION AU LEVAIN NATUREL



Une recette élaborée par l'ÉCOLE LENÔTRE pour SALINS

Pour 6 pains de campagne de 550 g

## Le levain naturel

*Départ d'un levain : le Chef*

- ▶ 1 000 g raisins de Corinthe
- ▶ 50 g sucre
- ▶ 700 g eau

Placer 1 kg de raisins de Corinthe dans un bac et couvrir d'eau. Laisser fermenter pendant 5 à 6 jours à température ambiante pour obtenir la formation de gaz carbonique.

*Fabrication du levain : Mère*

- ▶ 500 g du jus de raisin de macération
- ▶ 700 g farine type 70

Dans la cuve du batteur, pétrir 5 mn en 1<sup>ère</sup> vitesse. On doit obtenir une pâte assez ferme. Laisser fermenter 4 heures à température ambiante. Rafraîchir le levain Mère avec l'eau et la farine.

- ▶ 500 g eau
- ▶ 700 g farine type 55

Pétrir 5 mn en 1<sup>ère</sup> vitesse : on obtient le Chef.  
Conservation du Chef : 1 semaine au froid à 4°C.

*Fabrication du levain*

- ▶ 750 g eau
- ▶ 2 400 g chef
- ▶ 13 500 g farine type 65

Température de base : 64°C

Dans la cuve du pétrin, verser l'eau et ajouter le Chef, en veillant à garder les gaz de fermentation, puis la farine.

Pétrir 5 mn en 1<sup>ère</sup> vitesse.  
Débarrasser dans des corbeilles (700 g) et laisser pointer pendant 6 heures à 24°C.  
Le pâton doit doubler de volume.

Le levain est désormais prêt à être utilisé dans la fabrication de diverses pétrissées.

## Fabrication du Pain de campagne au levain naturel

- ▶ 1 000 g eau
- ▶ 45 g **sel Fournisel**
- ▶ 20 g germes de blé
- ▶ 700 g levain
- ▶ 1 400 g farine type 55
- ▶ 160 g farine de seigle

Température de base : 64°C

Dans la cuve du pétrin, verser l'eau, le sel, le germe de blé, la farine et le seigle. Pétrir pendant 13 mn en 1<sup>ère</sup> vitesse. Laisser pointer 1 heure. Diviser en pâtons de 550 g et bouler. Laisser détendre 10 mn.

Façonner en forme et mettre en fermentation, sur couche farinée, pendant 16 heures à 14°C avec 80 % d'humidité.

Enfourner avec de la buée au départ (four sol) pendant 45 mn à 240°C.  
Réserver.

