

Baguette rustique

écrit par Pariseyn | 24 janvier 2019



Une baguette croustillante avec un arrière goût de noisette et de châtaigne, quoi de plus agréable pour accompagner un repas ou élaborer un sandwich traditionnel au fromage ou à la charcuterie ? Je me suis basé sur la recette d'Eric Kayser de son livre « Le grand Larousse du pain », mais en utilisant la méthode de panification « [Respectus Panis](#) », identique à celle de la [baguette de Pierre Noury](#).

Ingrédients, pour 3 petites baguettes :

450 g de farine T65 Bio Celnat 12,8% de gluten*

50 g de farine de sarrasin Celnat*

340 g d'eau à 24°C

3 g de sirop de malt d'orge.

10 g de sel fin

0,5 g de levure sèche instantanée

Comme beaucoup de recette de « bon » pain il faut commencer celle-ci la veille. J'ai démarré vers 14h30 en utilisant le pétrissage au robot, mais on peut très bien faire cette recette à la main quoique la pâte soit très collante.

Au robot :

Dans le récipient destiné à peser l'eau, peser d'abord les 3 g de sirop de malt. ajouter toute l'eau et mélanger au fouet jusqu'à ce que le sirop soit dissout.

Mettre l'eau et la farine dans le bol du robot équipé de la feuille et fraser 1 à 2 minutes à vitesse 1 jusqu'à ce que la farine et l'eau soient complètement amalgamées.

Ramasser la pâte à l'aide d'une corne.

Retirer la feuille, filmer au contact et laisser reposer 1 heure : c'est l'autolyse.

Ajouter le sel et la levure sans qu'ils se touchent.

Mettre le crochet et pétrir 3 minutes à vitesse 1. La pâte est collante et file. Ne pas insister.

Une fois la pâte pétrie, la transférer dans un saladier huilé.

Couvrir et laisser pointer 1 heure à température ambiante (pour moi, 1 heure à 24°C).

Fariner le plan de travail et y verser la pâte en s'aidant d'une corne. Elle est collante, ce qui est normal. Avec les mains bien farinées ou éventuellement mouillées, faire un [rabat](#) comme montré au paragraphe « Tourage » de [cet article](#) : on replie la pâte sur elle-même « est-ouest » puis « nord-sud » pour lui redonner de la force.

Bouler légèrement et remettre dans le saladier.

Filmer et laisser pointer 16 heures à 18°C.

Le jour J, bien fariner le plan de travail et y verser la pâte. Former un boudin grossier.

Peser la pâte : ici 844 g.

Diviser en 3 pâtons de 281 g et bouler en repliant la pâte sur elle-même pour lisser la « peau ». Déposer sur le plan de travail en farinant bien, soudure vers le haut, couvrir et laisser reposer 30 minutes : la pâte détendue sera plus facile à façonner.

Préchauffer le four à 270 °C, chaleur conventionnelle (sole et voûte) avec une pierre à pain à l'intérieur en position basse et une lèchefrite au niveau le plus bas, sous la pierre à pain. La pierre doit chauffer au moins une heure avant

l'enfournement.

Préparer une couche farinée ou une plaque de cuisson revêtue d'une feuille de papier sulfurisé.

[Façonner en baguette](#) comme montré sur cette vidéo : replier le tiers supérieur vers le centre et presser avec le bout des doigts. Tourner le pâton de 180°, plier un peu plus du tiers supérieur vers le centre et presser avec le bout des doigts. Plier en deux dans la longueur et souder les bords à l'aide du talon de la main. Rouler avec les mains à plat, en partant du centre vers les bords jusqu'à obtenir une longueur de 35 cm (limitée par la taille du four, sinon, une « vraie » baguette implique 350 g de pâte et un allongement à 55 cm). Attention, on n'écrase pas le pâton en le roulant, on procède juste à un allongement.

Déposer chaque baguette sur la couche en faisant un pli pour les séparer ou les déposer sur la plaque de cuisson, soudure **au-dessous**.

Couvrir et laisser reposer 45 minutes (pour moi, 45 minutes à 21,4°C) : c'est l'apprêt.

Préparer un petit récipient avec 30 ml d'eau bouillante.

A l'aide d'une réglette, transférer les baguettes de la couche vers la pelle à pain revêtue d'une feuille de papier cuisson en la faisant basculer à chaque fois et en prenant soin de remettre la soudure **au-dessous**.

Grigner les baguettes de 4 à 5 coups de lame nets à 45° (ceci est important pour permettre l'ouverture « en oreille » de la grigne). La pâte étant relativement molle, on peut améliorer le coup de lame en réalisant les dernières 15 minutes de l'apprêt au réfrigérateur pour raffermir la surface de la pâte. De plus, je mouille la lame de rasoir pour qu'elle ne colle pas à la pâte.

Enfourner la plaque de cuisson ou faire glisser les baguettes de la pelle sur la pierre à pain et verser aussitôt 30 ml d'eau dans la lèchefrite.

Cuire entre 15 et 20 minutes en surveillant la coloration (ma fournée a cuit une fois 16 minutes et une autre fois 14 minutes).

Température interne : 98°C.

Laisser refroidir sur grille.

Poids après cuisson : 236 g.



Avec seulement 0,5 g de levure sèche

Du bon pain croustillant, un jambon artisanal et voilà un délicieux sandwich !



Note :

*Pour un goût un peu plus marqué, on choisira 400 g de farine T65 bio Casino et 100 g de farine de sarrasin.