

# Congeler une pâte à pain

écrit par Pariseyn | 12 décembre 2016



Traduction résumée de l'[article de PJ Hamel](#) du site King Arthur Flour

L'article concerne la pâte « sans pétrissage ». Bien que celle-ci soit déjà très souple d'utilisation, certains se demandent si on peut congeler cette pâte, en cas d'absence par exemple.

Eh bien, la réponse est oui selon cet article.

Procédure :

Voir les ingrédients [ici](#) : on mélange farine, eau, sel et levure à l'aide d'une corne, puis on couvre et on laisse lever 2 heures à température ambiante.

Si on congèle la pâte à ce stade, le pain sera un peu plus doré que si on le congèle plus tard, après que la pâte ait séjourné au moins deux jours au réfrigérateur. Ces 2 jours supplémentaires au réfrigérateur ne changent rien à la levée, mais améliorent la saveur du pain.

Pour congeler juste après les 2 heures de levée :

- Dégazer la pâte (se mouiller les mains si elle colle trop).
- Diviser en pâtons d'environ 400 g et bouler soigneusement.
- Mettre dans un sac de congélation en marquant la date et le détail du contenu.

Et si l'on souhaite congeler la pâte après qu'elle ait séjourné deux jours au réfrigérateur : pas de problème, procéder comme ci-dessus.

Eviter tout de même de congeler une pâte qui a passé 7 jours ou plus au réfrigérateur : elle lèvera moins bien.

Combien de temps peut-on garder la pâte au congélateur : 2 semaines, au-delà la pâte ne monte plus bien.

Et pour utiliser la pâte ? La sortir du congélateur 4 à 5 heures avant de la cuire, selon la température ambiante. Déposer le ou les pâtons sur une plaque revêtue de papier cuisson, couvrir et laisser décongeler, puis lever à température ambiante.

On peut gagner du temps en sortant les pâtons la veille et les laisser décongeler dans le bas du réfrigérateur pendant la nuit.

Un heure avant la fin de la décongélation, préchauffer le four.

Ensuite procéder à la cuisson comme d'habitude : grigne, enfournement avec buée. Cuire 20 à 30 minutes à 230/240 °C.

Si le pain est un peu pâle après 25 minutes, prendre sa température interne : si elle est au-dessus de 93 °C, le pain est cuit, il faut le sortir du four. Le laisser au-delà de 96 °C peut amener à un pain moins moelleux, un peu plus sec.

L'article de PJ Hamel se termine là, mais on peut aussi congeler une pâte à pain « normale », c'est-à-dire pétrie normalement.

La procédure est la même :

- On fabrique la pâte en la pétrissant normalement.
- On laisse lever jusqu'à ce qu'elle double de volume, autrement dit on réalise le pointage.
- On dégaze, on divise et on façonne les pâtons sous leur forme de cuisson.
- On emballe sous un film alimentaire serré puis dans un sac congélation étanche et on étiquette.

- On met au congélateur

Quelques trucs à savoir :

- Utiliser des farines à fort taux de gluten, ou ajouter du gluten à la farine normale. Cela facilitera la levée lors de la cuisson.
- Congeler les pâtons dans le moule qui servira à la cuisson, après l'avoir huiler. Enfermer le tout dans du film alimentaire bien serré avant de congeler. Le jour où l'on cuit le pain, décongeler et laisser lever normalement avant d'enfourner.
- Lorsque l'on a l'intention de congeler une pâte, ajouter un peu plus de levure que ce qu'indique la recette pour garantir une bonne levée lors de la cuisson. Un professionnel conseille même de doubler la quantité.
- Ne pas faire cuire la pâte dès la sortie du congélateur. Il faut d'abord la faire décongeler et remonter à température ambiante pour garantir une levée correcte à la cuisson.
- Ne pas laisser la pâte plus d'un mois au congélateur.

