Muffolette

écrit par Pariseyn | 12 novembre 2023

Ce pain d'origine sicilienne est réalisé soit entièrement avec de la farine de blé dur, soit en la mélangeant avec une farine normale. La farine de blé dur (« farina di grano duro ») est difficile à trouver, aussi on utilise de la semoule de blé dur moulue deux, voire plusieurs fois (semola « rimacinata ») pour la rendre la plus fine possible. On trouve cette semoule dans toutes les épiceries italiennes et on l'utilise également pour confectionner des pâtes fraîches. Le pain résultant a une texture plus ferme, une mie serrée mais néanmoins très moelleuse (semblable à la focaccia barese qui utilise aussi la semoule de blé dur). Il nécessite un temps de levée un peu plus long que les autres pains du fait de sa moindre hydratation. La touche finale est apportée par les graines de sésame, témoin d'une influence lointaine du sud de la Méditerranée.

Ingrédients :

250 g de semoule de blé dur (« semola rimacinata ») Granoro 13% de gluten

250 g de farine de blé type « 00 » Granoro 10% de gluten

10 g de sel non traité

10 g de levure sèche instantanée Saf-Instant

20 g de sucre inverti ou de miel

30 g d’huile d’olive

250 g d’eau de source

Graines de sésame pour décor

Température de base : 60 °C.

Peser tous les ingrédients.

La pâte peut se réaliser au robot ou à la main. Pour ce qui me concerne, j’ai choisi de la réaliser à l’aide de mon Kenwood équipé du crochet pétrisseur.

Diluer le sucre inverti ou le miel dans l’eau.

Ajouter l’huile et le sel.

Mettre le tout dans le bol du pétrin.

Mélanger les 2 farines et la levure sèche émiettée et les mettre dans le bol.

Fraser (mélanger tous les ingrédients) à vitesse 1 (position « Min » pour moi) pendant 5 minutes.

Laisser détendre la pâte dans le bol du robot pendant 5 minutes : cela permet à la farine d’absorber complètement d’eau.

Pétrir prendant 5 minutes à vitesse 1 (position « Min » pour

moi).

La pâte est parfaitement décollée des parois du bol. Elle est souple et non collante. Sa consistance est ferme, due à son faible taux d’hydratation (50%).

Attendre 5 minutes et procéder au test du voile : ici, il est parfait bien que la pâte soit ferme et qu’elle a une certaine ténacité.

Faire quelques rabats sur le plan de travail non fariné.

Bouler la pâte et la transvaser dans un récipient.

Couvrir et laisser reposer jusqu’à ce qu’elle double de volume : cela peut prendre de 1 à 2 heures en fonction de la température ambiante (pour moi, 90 minutes en chambre de pousse à 27 °C).

Verser la pâte sur le plan de travail et la dégazer du plat de la main en maintenant sa forme ronde.

Peser la pâte : ici 820 g.

Diviser la pâte en 4 pâtons de 205 g chacun.

Mise en forme : replier le pâton sur lui-même pour « lisser » la peau extérieure, et en veillant à bien fermer la soudure en la pinçant avec les doigts.

Couvrir les pâtons et observer une détente de 15 minutes pour faciliter le façonnage.

Anmarko
ROULPAT
Guy Dema
Made in France

Préparer une plaque de cuisson revêtue d’une feuille de papier sulfurisé.

Déposer 2 feuilles de papier absorbant dans une assiette et les imbiber d’eau.

Remplire une autre assiette de graines de sésame.

Façonnage : aplatir chaque boule de pâte du plat de la main jusqu’à un diamètre d’environ 12 cm.

Retourner le pâton dans la première assiette pour l’humidifier puis le passer dans les graines de sésame pour l’enrober.

Déposer chaque pâton coté soudure vers le bas sur la plaque de cuisson revêtue de papier cuisson.

Préchauffer le four à 200 °C, chaleur statique sole et voûte, avec une pierre à pain au niveau 1 (le plus bas) et une lèchefrite glissée au-dessous. La pierre doit chauffer au moins une heure avant l’enfournement.

Laisser reposer 30 à 60 minutes selon la température ambiante (pour moi, 40 minutes en chambre de pousse à 27 °C) : c’est l’apprêt.

L’apprêt est terminé lorsque la marque d’un doigt apposé sur la pâte disparait après 1 à 2 secondes. Si elle remonte rapidement, continuer l’apprêt et revérifier après un quart d’heure. Si la marque persiste, il faut se dépêcher d’enfourner, c’est presque trop tard !

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

Faire glisser le papier cuisson avec les pâtons sur la pelle à pain.

Enfourner en faisant glisser les pains sur la pierre à pain.

Verser les 30 ml d’eau bouillante dans la lèchefrite et refermer rapidement la porte du four.

Cuire 20 à 25 minutes (pour moi 22 minutes), puis défourner et laisser refroidir sur grille.

Température interne en fin de cuisson : 96,4 °C.

Poids après cuisson : 184 g soit une perte de 10%.

Notes de réalisation :

Division : On a choisi de faire 5 pains d’environ 200 g, ce qui est pour moi le calibre parfait pour réaliser une « muffuletta », le fameux sandwich de la Nouvelle Orléans. J’ai aussi réalisé des muffolettes de 400 g, mais dans ce cas, le sandwich est vraiment énorme et doit être partagé en 4 portions pour être dégusté. J’ai aussi fait 8 pâtons de 100 g pour réaliser un sandwich sicilien, la muffuletta palermitana, arrosée d’huile d’olive et garni d’anchois.