Petit pain de mie

écrit par Pariseyn | 10 octobre 2017

La pâte est la même que celle du pain de mie lunch à peu de choses près, mais on cuit le pain cette fois dans des moules ouverts plus petits, ce qui implique quelques ajustements. Cela donne des tranches plus adaptées à des petits sandwiches, en particulier pour les enfants. Il se conserve très bien jusqu'au lendemain ou il ravira les papilles au petit déjeuner, une fois légèrement toasté. Pour cette recette, on utilise 2 moules de 25×8,5×7,5 cm, sans couvercle, prévus pour chacun 500 g de pâte. On a réduit le Th à 0,65 au lieu de 0,70 et donc, diminué la quantité de gluten à 10 g. Les moules étant ouverts, on cuit sur pierre avec production de buée, à une température légèrement inférieure (200 °C).

Ingrédients, pour 2 petits pains de mie lunch :

250 g de farine Bio T65 Géant 12% de gluten

250 g de farine T45 Casino 11% de gluten

312 ml d'eau

40 g de poudre de lait entier

65 g de beurre doux ramolli, en dés

12 g de sel fin (8 g si beurre demi-sel)

10 g de gluten (en épicerie bio)

20 g de levure fraîche

35 g de sucre inverti

10 g de sucre en poudre

A la machine à pain :

Mettre tous les ingrédients, sauf le beurre, dans l'ordre préconisé par le fabricant de votre machine à pain. Pour ma Panasonic, ce sont d'abord les ingrédients secs : farine, sel, gluten, sucre en poudre, puis les ingrédients humides : eau et sucre inverti dilué. Le beurre sera ajouté par petits morceaux 7 minutes après le début du pétrissage. La levure sera émiettée 1 minute avant le démarrage du pétrissage proprement, c'est-à-dire, 29 minutes après avoir appuyé sur « start ».

Programme 19, pâte basique. Ce programme dure 2h20.

Appuyer sur « Start ». Comme indiqué, les premières 30 minutes sont utilisées pour mettre les ingrédients en température

1 minute avant le début du pétrissage, quand l'afficheur de la machine indique 1h51, ouvrir le couvercle et émietter la levure fraîche sur la farine.

La machine commence le pétrissage quand l'afficheur indique 1h50.

Attendre 7 minutes, puis (quand l'afficheur indique 1h43), verser les morceaux de beurre en 2 ou 3 fois à 1 ou 2 minutes d'intervalle pour qu'il soit correctement incorporer à la pâte.

A la fin du pétrissage, la machine assure le pointage pendant 60 minutes, puis effectue un rabat 20 minutes avant la fin du programme, quand l'afficheur indique 0h20.

Sortir la pâte de la machine à pain à ce moment là et la transférer sur le plan de travail. Il n'est pas utile de le fariner, car la pâte ne colle pas.

Au robot pétrin :

Mélanger la levure et le sucre inverti dans l'eau.

Verser le mélange dans la cuve du robot puis tous les autres

ingrédients sauf le beurre.

Fraser 4 minutes à vitesse 1 (position « Min » pour moi).

Ajouter le beurre ramolli en dés.

Pétrir à vitesse 2 (position « 1 » pour moi) pendant 7 minutes : la pâte se décolle des parois du bol. Mesurer la température de pâte à la fin du pétrissage : elle ne doit pas dépasser 25 °C.

Couvrir et laisser reposer 1 heure où jusqu'à ce que la pâte ait doublée de volume. L'hiver, je mets la pâte dans le four éteint avec un bol d'eau bouillante à l'intérieur : cela permet d'obtenir une température ambiante idéale de 24/25 °C et une humidité relative de 85%.

Beurrer généreusement les deux moules.

Faire préchauffer le four à 200 °C en 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 la cuisson.

Dégazer du bout des doigts en rabattant la pâte et diviser en deux pâtons de poids égal (ici 498 g)

Faire un rectangle grossier avec le premier pâton, puis un boudin en repliant la partie supérieur d'un tiers vers le centre, puis en repliant la partie inférieure dessus. Faire une soudure avec le talon du poignet comme montré sur cette page à la rubrique façonnage.

Rouler le pâton pour qu'il ait une longueur égale à celle du moule en le maintenant le plus cylindrique possible, c'est-à-dire, sans effiler les extrémités. Au contraire, replier les extrémités sous la pâte pour garantir une épaisseur constante.

Placer le pâton dans le premier moule et l'aplatir au fond. L'idée est d'obtenir une surface de pâte la plus plane

possible.

Diviser le second pâton en deux parties de poids égal (ici 249 g) et laisser reposer 5 minutes. Bouler chaque pâton soigneusement et les déposer côte à côte dans le second moule. Comme ils vont gonfler, prévoir un espace entre eux pour qu'ils se répartissent harmonieusement dans le moule.

Couvrir chaque moule d'un film et laisser reposer jusqu'à ce que le niveau de la pâte atteigne environ les 3/4 de la hauteur du moule.

Préparer un petit récipient avec 20 ml d'eau chaude.

Enfourner les moules et verser les 20 ml d'eau dans la lèchefrite pour provoquer un coup de buée.

Cuire 20 à 25 minutes selon le four. Les miens sont parfaits à 21 minutes.

Température interne en fin de cuisson : 94 °C.

Démouler et laisser refroidir sur grille.

Poids après cuisson : 472 g soit une perte d'eau de 5%.

Note : il est tout à fait possible de n'utiliser qu'un seule moule. Il suffit de procéder comme indiqué ci-dessus pour le premier pain et de remettre le second pâton dans le saladier pour un deuxième pointage. Quand le premier pain est cuit, on laisse refroidir le moule (c'est rapide), on graisse à nouveau et on procède comme indiqué ci-dessus pour le deuxième pâton (boulage, mise en moule, apprêt, etc.).

Par ailleurs, le second pain (ou les deux) peut être réalisé en 3 pâtons au lieu de deux.