

Petit pavé au levain

écrit par Pariseyn | 27 janvier 2019



Des petits pavés au levain pouvant servir de pain à sandwich ou de pain serviette en accompagnement d'un repas. On pourra éventuellement les vaporiser d'eau et les saupoudrer des graines de son choix au début de l'apprêt.

Ingrédients, pour 8 petits pavés :

400 g de farine T65 bio Casino 12% de gluten

8 g de sel

3 g de sirop de malt

260 g d'eau

160 g de levain liquide mur

La veille au soir, rafraîchir le levain liquide (100% d'hydratation). Mon levain étant rafraîchi tous les deux jours, je n'ai pas besoin de faire plusieurs rafraîchis successifs pour le réactiver.

Le jour J, peser tous les ingrédients.

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 du crochet et fraser 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 le crochet, filmer au contact et laisser reposer 1

heure : c'est l'autolyse.

Ajouter le sel et le levain sans qu'ils se touchent.

Mettre le crochet et pétrir 4 minutes à vitesse 1.

Arrêter le robot, à l'aide d'une corne, ramasser la pâte qui est très collante et a tendance à s'enrouler autour du crochet et pétrir 4 minutes.

Répéter l'opération ci-dessus une fois.

Arrêter le robot, ramasser la pâte à l'aide d'une corne et pétrir 2 minutes à vitesse 2 : cela aide à décoller la pâte des parois du bol, mais le fond ne se décolle pas du tout.

La pâte aura donc été frasée 2 minutes puis pétrie 4+4+4+2 minutes en tout.

Une fois la pâte pétrie, on procède au soufflage : transférer la pâte sur un plan de travail très bien fariné car elle colle beaucoup et la replier sur elle-même en rabattant les 4 cotés. Cela lui redonne également de la force. Faire ces rabats 3 fois, pas plus.

Transférer la pâte dans un saladier huilé, couvrir et laisser pointer 3 à 4 heures à une température de 25 à 28°C : j'ai utilisé la fonction étuve de mon four en l'arrêtant quand la température intérieur a atteint 36°C. Une heure plus tard, la température était de 30°C, puis 25°C une heure plus tard. J'ai redémarré l'étuve à 33°C puis stoppée pour la dernière heure de pointage. Ma pâte a donc pointée 3 heures à une température moyenne de 28°C.

Peser la pâte dans son récipient puis enlever le poids du container : la pâte pèse ici 827 g.

Fariner généreusement 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,

tirer sur la pâte pour former un rectangle d'environ 40 x 20 cm en essayant de ne pas trop dégazer.

A l'aide d'une roulette à pizza, découper au milieu dans la largeur, puis en 3 parties dans la longueur pour confectionner 8 pavés d'environ 10 x 10 cm.

Préparer une pelle à pain revêtue de papier cuisson ou une plaque de cuisson chemisée de papier sulfurisé. Bien fariner le papier sulfurisé.

Préchauffer le four à 250 °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.

A l'aide d'une large spatule métallique, transférer chaque pâton sur la plaque ou la pelle à pain. Ce transfert est délicat car les pâtons collent et se déforment quand on les manipulent. C'est pour cette raison qu'il faut avoir généreusement fariné le plan de travail **et** le papier sulfurisé : cela permet de leur redonner une forme à peu près carrée sur la plaque ou la pelle à pain.

Couvrir et laisser reposer (c'est l'apprêt) 1h30 à une température de 25 à 28°C idéalement (pour moi 22°C puisque que je ne pouvais plus utiliser le four qui préchauffait).

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

Cuire une vingtaine de minutes en surveillant la coloration (ma fournée a cuit 20 minutes).



Laisser refroidir sur grille.

Poids après cuisson : 79 g.

