



Le Pain Ménager

Une recette de Philippe Rogé, chef de la marque Rosières

Pour 1 gros pain

Ingrédients

Avec une farine classique

- 1 kg de farine classique pour pain
- 18 g de sel
- 2 sachets de levure de boulanger déshydratée
- Environ 550 g d'eau à 40 °C

Avec une farine spéciale pour pain

- 1 kg de farine spéciale pain (avec levure et sel incorporés)
- 1 sachet de levure de boulanger déshydratée
- Environ 550 g d'eau à 40 °C

1. Diluer la levure dans l'eau (dans le cas classique) et placer dans un saladier la farine, le sel (si nécessaire) et l'eau. Mélanger le tout afin de former une boule homogène.

2. Poser la boule sur le plan de travail et à l'aide de la paume de la main, étirer la pâte et la rabattre sur elle-même (l'objectif étant d'enfermer un maximum d'air dans la pâte). Répéter ce geste pendant environ 5 bonnes minutes. Remettre la pâte dans le saladier et couvrir celui-ci de film alimentaire.
3. Laisser lever la pâte en fonction étuve dans le four pendant environ 1h (elle doit doubler de volume). Reprendre la pâte, la replier 2 ou 3 fois sur elle-même afin de chasser l'air et façonner votre pain selon l'envie.
4. Poser le pain sur la grille du four préalablement recouverte d'un papier cuisson et saupoudrer légèrement le pain de farine (facultatif, cela sert à apporter un effet pain de campagne). Recouvrir à nouveau d'un film alimentaire et laisser lever jusqu'à ce que le pain double de volume.
5. Durant ce temps, installer la plaque à pâtisserie du four au cran 1 (en partant du bas) et préchauffer le four à 240°C en chaleur pulsée.
6. Lorsque le pain est bien levé, retirer le film alimentaire et donner quelques coups de lame à rasoir (ou couteau bien aiguisé) nets sur le dessus des pains.
7. Installer la grille avec le pain au cran 2 (à partir du bas) du four. Mesurer précisément 1 dl (10 cl ou 100g) d'eau et verser directement sur la plaque à pâtisserie située au cran 1.
8. Fermer immédiatement la porte et cuire ainsi pendant environ 15 à 20 minutes. Après ce temps, baisser la température du four à 190°C et terminer la cuisson (10 minutes de plus pour des baguettes, 15 minutes de plus pour des pains longs et 30 minutes de plus pour une miche de pain).