

RECETTES D'INSPIRATION



INGRÉDIENTS

EPI D'OR F	
Epi d'Or F	100 %
Eau	50-55 %
Levain liquide ou solide	30 %
Levure	1 %
Sel	2 %

PÉTRIN À SPIRALE

FERMENTATION

5 min. 1^{ère} vit. / 5 min. 2^{ème} vit.

60 min. pointage

Diviser (350 g)

Allongez légèrement la pâte

Détente de 30 min.

Allongez et disposez sur un tapis ou dans des filets.

60 min. apprêt (30°C / 80% H.R.)

Grigner le pain 5 fois.

CUISSON

Four à sol: 240°C

Cuisson à la vapeur dans le four

Temps de cuisson d'environ 25 min.

Ouvrir les soupapes de vapeur après 10 minutes



PANIFLOWER
Supporting Premium Bakers