

# LA COURONNE EN ÉPIS (MÉTHODE 4: MACHINE à PAIN) DE CÉCILE DECAUX

## La Recette

<https://cuisinedaubery.com/recipe/couronne-epis/>

Une couronne en épis, avec une méthode rapide en machine à pain

Chef : Cécile Decaux

Difficulté : Niveau Intermediaire

Cuisine : Cuisine Française

Plats : Pain, Plat Salé

## Ingrédients

340 grammes d'Eau 34 Centilitres/340 Millilitres

8 grammes de Sel

1 cuillère à café de Sucre

520 grammes de Farine Type 110 "complète", sinon 65, voire 55, mais pas 45

1 cuillère à café de Levure de Boulanger Déshydratée Un peu plus si elle est restée trop longtemps inutilisée

## Instructions

1. Pour cette recette, on utilise la méthode "4", à la machine à pain ('MAP')
2. L'avantage, c'est que la machine à pain ('MAP') permet d'étuver, c'est à dire de diffuser une chaleur faible qui permet de faire lever rapidement avant cuisson : c'est idéal en hiver
3. Verser l'Eau (340 g ou 34 Centilitres/340 Millilitres) au fond de la cuve de la machine à pain ('MAP')
4. Ajouter le Sel (8 g) et le Sucre (1 c. à café)
5. Ajouter la Farine (520 g) de façon à recouvrir entièrement le liquide (on fait écran)
6. Farine : Type 110 ?complète?, sinon T65, voire T55, mais pas 45
7. Decaux recommande une farine de type "110" (farine complète). Si vous n'en trouvez pas, prendre au moins une Farine de Type 55 (voir l'article ICI pour les types de farine) (mais pas 45)
8. Puis creuser un petit puits et y verser la Levure de Boulanger Déshydratée (1 c. à café)
9. Mettre le programme de la machine à pain ('MAP') en mode pétrissage
10. Faire pétrir pendant 15 minutes au minimum
11. Si votre pâte est trop collante après 15 minutes (votre farine a trop absorbé), il faut continuer de

## LA COURONNE EN ÉPIS (MÉTHODE 4: MACHINE à PAIN) DE CÉCILE DECAUX

pétrir avec un peu plus de farine

12. Changer le programme de la machine à pain ('MAP') en en mode pointage (étuve)
13. Faire lever jusqu'à ce que le volume ait doublé (de 1 heure à 2 heures 30 minutes)
14. Sortir la pâte et former une boule, comme montré sur la photo
15. Faire un trou au milieu de la boule
16. Mouiller un torchon et l'essorer
17. Recouvrir la boule du torchon
18. Attendre 15 minutes
19. Tirer de façon à élargir : on obtient un "anneau" ou une "couronne"
20. Recouvrir du torchon humide
21. Attendre 50 minutes
22. Fariner la couronne généreusement
23. Avec une paire de ciseaux, entailler autour de la couronne
24. Il faut couper profondément
25. L'auteur indique de couper entre 6 à 10 entailles : j'en fais généralement plus
26. Tirer chaque morceau vers l'extérieur

### **Cuisson**

27. Cuire au four préchauffé à 230 C (Thermostat 7) pendant environ 20 minutes

### **Astuces et Conseils**

28. Pour consulter la liste des Conseils et Astuces pour réussir son pain, (ainsi que passer en revue les ratages) voir [ICI](#)