

# LE CARRÉ QUÉBÉCOIS (PAIN à L ANCIENNE), COMME à MONTRÉAL (MÉTHODE 5 : LEVAIN LIQUIDE)

## La Recette

<https://cuisinedaubery.com/recipe/carre-quebecois/>

Une mie magnifique, une croute splendide, une saveur extraordinaire, c'est le Carré Québécois, un de mes pains préférés !

Difficulté : Niveau Intermediaire

Cuisine : Cuisine Américaine

Plats : Pain, Pain Au Levain, Plat Salé,

## Ingrédients

### **Pour 1 carré Québécois, de 20 cm de côté**

260 grammes d'Eau 26 Centilitres/260 Millilitres

400 grammes de Farine Type T55 ou T65

120 grammes de Levain Liquide Pour la recette, voir ICI

3 grammes de Sel

1 cuillère à café de Sucre

### **Pour 1 carré Québécois, de 25 cm de côté**

406,2 grammes d'Eau 40,62 Centilitres/406,2 Millilitres

625 grammes de Farine Type T55 ou T65

187,5 grammes de Levain Liquide Pour la recette, voir ICI

4,6 grammes de Sel

1,5 cuillères à café de Sucre

### **Pour 1 carré Québécois, de 30 cm de côté**

585 grammes d'Eau 58,5 Centilitres/585 Millilitres

900 grammes de Farine Type T55 ou T65

270 grammes de Levain Liquide Pour la recette, voir ICI

6,7 grammes de Sel

2,2 cuillères à café de Sucre

## Instructions

Marché Jean Talon

## LE CARRÉ QUÉBÉCOIS (PAIN à L ANCIENNE), COMME à MONTRÉAL (MÉTHODE 5 : LEVAIN LIQUIDE)

7070 Henri Julien Ave  
Montreal, Quebec H2S 3S3  
Canada

### Étape 1: Le levain

1. Vous commencez par réaliser le Levain Liquide, ce qui prend plusieurs jours
2. La recette est ICI
3. Il ne vous en faudra que 120 g : vous en aurez donc plus, mais au lieu de jeter, vous pouvez entretenir "rafraichir" ce levain pendant plusieurs semaines et ainsi l'utiliser pour d'autres pains au levain ! (se referer à la recette du levain pour les instructions du rafraichi de levain)

### Étape 2: Le Bassinage

4. Préparer la cuve : Laver la cuve de pétrissage à l'eau chaude puis sécher au torchon propre (afin de ne pas laisser de trace de résidus chimiques)
5. Verser la Farine (400 g) et l'Eau (260 g ou 26 Centilitres/260 Millilitres)
6. Pour pétrir : On peut utiliser soit le robot (genre Kitchen Aid) en utilisant le crochet, ou une machine à pain ('MAP')
7. Pétrir 5 minutes, à Vitesse Lente
8. Arrêter de pétrir, couvrir de film alimentaire étirable
9. Attendre 30 minutes, afin que le réseau glutineux se détende

### Étape 3: Le Pétrissage

10. Verser le Levain Liquide (120 g) et le Sucre (1 c. à café), commencer à pétrir 1 minute
11. Pour pétrir : On peut utiliser soit le robot (genre Kitchen Aid) en utilisant le crochet, ou une machine à pain ('MAP')
12. Verser le Sel (3 g), continuer à pétrir
13. Pétrir 20 minutes, à Vitesse Lente

### A la main ou à la machine ?

- On peut Pétrir à la main : Parce qu'on cherche à activer le réseau glutineux, on aura besoin de pétrir longtemps: 15 minutes minimum... Je pétris à la main quand... je n'ai pas le choix ! (quand je suis chez quelqu'un qui n'a pas de matos)
- ou : Pétrir au robot (genre Kitchen Aid) : avec le robot (genre Kitchen Aid), en utilisant le crochet. C'est ce que j'utilise en été.
- ou : Pétrir à la machine à pain ('MAP') : J'utilise la machine à pain ('MAP') plutôt que le robot (genre Kitchen Aid) en hiver car la machine à pain ('MAP') a une fonction levante (chaleur électrique)

### Étape 4: Repos et rabats

14. Transférer la pâte dans un bol propre
15. Poser un film alimentaire étirable
16. Laisser reposer à température ambiante pendant 2 heures
17. Tremper les doigts dans de l'eau

## LE CARRÉ QUÉBÉCOIS (PAIN à L ANCIENNE), COMME à MONTRÉAL (MÉTHODE 5 : LEVAIN LIQUIDE)

18. Détacher les bords de la pâte
19. Rabattre
20. Continuer cette opération sur tout le tour de la pâte
21. Recouvrir le bol avec le film alimentaire étirable
22. Laisser reposer à température ambiante pendant 2 heures
23. Faire un 2ème rabat de la même manière
24. Recouvrir le bol avec le film alimentaire étirable
25. Laisser reposer à température ambiante pendant 2 heures
26. Faire le 3ème et dernier rabat

### Étape 5: Fermentation au frais

27. Filmer au contact avec un film alimentaire étirable : jusqu'à présent on laissait le film alimentaire étirable sur le bol, il faut maintenant presser le film sur la pâte : on cherche à éviter que la pâte soit au contact de l'air
28. Placer au frais le bol avec la pâte (et le film alimentaire étirable)
29. Laisser fermenter au frais pendant minimum 12 heures
30. Au delà de ce temps, sortir du frais : la pâte a augmenté en volume
31. Vous pouvez voir (et sentir !) que la pâte a fermenté
32. Former une boule : ramener les bords de pâte vers le centre (la clé)
33. Retourner

### Étape 6: Façonnage et pousse

34. Placer dans un cercle, de forme carré, de 20 cm de côté
35. Pour acheter en ligne, c'est ICI
36. Couvrir de film alimentaire étirable : si vous ne couvrez pas, la pâte va crouter et votre pain ne lèvera pas
37. Une astuce pour éviter que le film ne colle est de huiler le film
38. Laisser pousser 2 heures ou plus, le temps que la pâte lève (ce temps dépend de la température ambiante)
39. Pendant la pousse, presser avec les doigts sur les coins afin de former un carré

### Les fleurs de lys

40. Afin de faire honneur au Québec, le pain est décoré de fleurs de lys
41. Mélanger dans un bol de la farine et de l'eau afin d'obtenir une pâte, un peu épaisse
42. Abaisser au rouleau à pâtisserie sur un plan de travail bien fariné
43. Découper des fleurs de lys
44. Déposer de l'eau avec un doigt (va servir de 'colle')
45. Saupoudrer le carré avec de la farine (à l'aide d'une passoire)
46. Déposer les fleurs de lys au centre et dans les coins

### Les grignes

47. On va grigner avec un couteau, en diagonales

## **LE CARRÉ QUÉBÉCOIS (PAIN à L ANCIENNE), COMME à MONTRÉAL (MÉTHODE 5 : LEVAIN LIQUIDE)**

### **Étape 7: Cuisson**

48. Cuire au four préchauffé à 250 C (Thermostat 8) pendant environ 30 minutes : le temps dépend de la taille de votre pain et de votre four