

RECETTE DES BAGUETTES (MÉTHODE 1: PÂTE FERMENTÉE)

La Recette

<https://www.cuisinedaubery.com/recipe/baguettes-methode1/>

De délicieuses baguettes faites maison, avec la méthode de pâte fermentée

Temps de préparation : 30 Minutes

Temps de cuisson : 12 Minutes

Temps de repos : 10 H

Volume : 3 baguettes

Difficulté : Niveau Intermediaire

Cuisine : Cuisine Française

Plats : Pain, Plat Salé,

Ingrédients

Pour 3 baguettes de 35 cm

320 grammes d'Eau 32 Centilitres/320 Millilitres

12 grammes de Levure de Boulanger Déshydratée ou sinon 24 grammes de Levure de Boulanger Fraiche humide

500 grammes de Farine Farine de Type 55 (voir l'article ICI pour les types de farine)

50 grammes de Semoule Fine

6 grammes de Sel

4 grammes de Sucre

3 grammes d'Acide ascorbique (vitamine C)

Pour 2 baguettes de 35 cm

213,3 grammes d'Eau 21,33 Centilitres/213,3 Millilitres

8 grammes de Levure de Boulanger Déshydratée ou sinon 16 grammes de Levure de Boulanger Fraiche humide

333,3 grammes de Farine Farine de Type 55 (voir l'article ICI pour les types de farine)

33,3 grammes de Semoule Fine

4 grammes de Sel

2,6 grammes de Sucre

2 grammes d'Acide ascorbique (vitamine C)

Pour 4 baguettes de 35 cm

426,6 grammes d'Eau 42,66 Centilitres/426,6 Millilitres

RECETTE DES BAGUETTES (MÉTHODE 1: PÂTE FERMENTÉE)

16 grammes de Levure de Boulanger Déshydratée ou sinon 32 grammes de Levure de Boulanger Fraiche humide
666,6 grammes de Farine Farine de Type 55 (voir l'article ICI pour les types de farine)
66,6 grammes de Semoule Fine
8 grammes de Sel
5,3 grammes de Sucre
4 grammes d'Acide ascorbique (vitamine C)

Instructions

Les Ingrédients

- Pour la Farine, je prends une Farine de Type 55 (voir l'article ICI pour les types de farine) Comme j'avais expliqué dans mon article, ICI, on a besoin d'un fort taux de gluten : Pour cette raison, j'ajoute de la Semoule Fine
 - Le Sel et le Sucre sont nécessaires pour la fermentation. Le Sel sert à l'acidité et le Sucre a fournir l'énergie de fermentation
- Attention : le Sel ne doit pas rentrer au contact direct de la Levure de Boulanger Déshydratée avant le pétrissage !
- Dans l'article j'avais également parlé de l'Acide ascorbique, une poudre qui permet d'augmenter la force de la farine : j'en ajoute 3 g
- Pour acheter en ligne, c'est ICI

La pâte

1. Commencer par verser l'Eau (320 g ou 32 Centilitres/320 Millilitres) et la Levure de Boulanger Déshydratée (12 g ou sinon 24 g de Levure de Boulanger Fraiche humide) dans le fond de la cuve
2. Remuer et laisser la Levure de Boulanger Déshydratée s'activer 10 minutes
3. Puis verser la Farine (500 g) et la Semoule Fine (50 g). Recouvrir entièrement afin de ne pas voir de liquide
4. Si vous n'avez pas de semoule, vous pouvez remplacer par la même quantité de farine
5. Pour plus de détails sur les types de farine, voir ICI
6. On verse le Sel (6 g), le Sucre (4 g) et l'Acide ascorbique (3 g)
7. En plaçant le Sel au dessus de la Farine, on évite à la levure de rentrer au contact du sel, ce qui «endommagerait» la levure

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.

RECETTE DES BAGUETTES (MÉTHODE 1: PÂTE FERMENTÉE)

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)
- 8. Sur les photos suivantes, vous verrez que j'utilise le robot (genre Kitchen Aid), avec le crochet
- 9. Pétrir pendant 15 minutes minimum, jusqu'à 30 minutes.
- 10. - Avec une machine à pain ('MAP') : utiliser une vitesse lente
- 11. - Avec le robot, j'utilise la vitesse 2 (sur 10)
- 12. Un bon pétrissage développe le réseau glutineux qui permet d'emprisonner le gaz, et fait lever les pâtes davantage
- 13. A la fin du pétrissage, il faut absolument contrôler la texture

La Bonne texture

- 14. Bonne texture (photo de gauche) : En enfonçant un doigt : il doit ressortir très légèrement humidifié, et pas collant !
 - 15. Si en revanche, le doigt ressort humide (photo de droite), avec de la pâte «qui colle», alors la pâte n'a pas la bonne texture...
 - 16. la pâte sera trop lourde et ne lèvera pas. Votre pain sera plat. Il faut alors incorporer une cuillère à soupe de Farine et continuer de pétrir, et répéter ceci jusqu'à obtention de la bonne texture
 - 17. Voir l'article des Baguettes ratées ICI
 - 18. Bouler la pâte
 - 19. Placer la pâte boulée dans une cuve, et filmer au contact avec un film alimentaire étirable
 - 20. Laisser pointer 1 à 2 heures à température ambiante
 - 21. Après 2 heures, la pâte a levé et on va réfrigérer
 - 22. Couvrir d'une assiette et placer au frais pendant toute une nuit
 - 23. Sortir du réfrigérateur le lendemain, et laisser à température ambiante pendant 2 heures sans enlever le film alimentaire étirable
 - 24. Avec la température ambiante, la levure s'active et la pâte lève
 - 25. Retirer le film alimentaire étirable et dégazer
 - 26. Puis diviser la pâte en trois pâtons de même poids
 - 27. Dégazer et mettre les 3 pâtons en forme de rectangle
 - 28. Prendre un torchon et rincer généreusement à l'eau, puis essorer
 - 29. Couvrir les pâtons avec le torchon humide et laisser pointer 30 minutes
- Pour ceux qui m'ont demandé ou j'ai acheté ce linge, voici la référence :

Gachucha

Linge de maison

23 Boulevard Victor Hugo

64500 Saint-Jean-de-Luz

Après le pointage

RECETTE DES BAGUETTES (MÉTHODE 1: PÂTE FERMENTÉE)

30. Après le pointage, façonner les baguettes en pliant les rectangles avec une technique utilisée par les boulangers : Voir cette photo animation

31. Puis façonner les baguettes

Les extrémités

32. Pétrir les extrémités avec les paumes des mains afin de former une pointe

33. - Placer les baguettes dans un moule à baguettes (photo) : La forme courbée des empreintes ne sert pratiquement à rien. L'avantage de ces moules tient principalement des trous qui permettent une meilleure diffusion de chaleur. Pour acheter en ligne, c'est ICI

34. - ou sur une plaque à pâtisserie, avec du tapis silicone ou du papier sulfurisé

35. - ou sur une pierre : pour reproduire les fours de professionnels, faire chauffer la pierre 20 minutes à vide avant d'enfourner. Par précaution, poser les baguettes sur du papier sulfurisé pour éviter au pain de "coller" à la pierre

36. Il y a toujours une «pliure» dans la baguette (la clé), qu'il faut placer 'SOUS' la baguette, car sinon elle s'ouvre durant la cuisson

37. Quand la clé est en contact de la toile ou de la plaque, les boulangers appellent ce mode d'apprêt "Tourne à clair"

Dernier Pointage (Apprêt)

38. Laisser les baguettes pointer une dernière fois, 30 minutes à 1 heure, recouvertes du torchon humide

39. Le torchon humide évite aux baguettes de crouter (ce qui serait une cata pour la cuisson)

40. Pour ce dernier pointage, l'apprêt, placer les baguettes (sur une plaque ou dans un moule) dans l'endroit le plus tempéré de la cuisine

41. - En hiver : A coté d'un radiateur, ou dans un four s'il a une fonction "étuvage"

42. - En été : La température ambiante devrait suffire

43. - Entre les saisons : J'utilise les plaques de mon réchaud : poser sur le réchaud et allumer 5 secondes. A répéter toutes les 15 minutes

44. Le temps d'Apprêt passé, les baguettes ont bien levé !

45. Préchauffer le four à 240 C (Thermostat 8) pendant 15 minutes

46. Saupoudrer de Farine avec une passoire

47. Puis on va grigner (entailler) les baguettes

48. Les boulangers utilisent des couteaux spéciaux ou des lames de rasoir comme sur la photo. Pour acheter en ligne, c'est ICI

49. On peut également utiliser la lame d'un couteau. On doit grigner avec la lame penchée, avec un angle de 30 degrés

50. Les "grignes" (ou entailles) permettent aux baguettes de lever uniformément, et d'éviter qu'elles se déforment pendant la cuisson

51. Si vous laissez les baguettes continuer à lever, les grignes disparaissent. Il faut grigner juste avant d'enfourner

Cuisson

RECETTE DES BAGUETTES (Méthode 1: Pâte FERMENTÉE)

52. Enfourner aussitôt au four préchauffé à 240 C (Thermostat 8)
53. La cuisson dure environ 12 minutes, en fonction de votre four et de la cuisson désirée