

# PAIN MÉDITERRANÉEN

Advanced level

PAIN MÉDITERRANÉEN AROMATISÉ AUX ÉPICES

## PAIN MÉDITERRANÉEN

| | |
|---|---|
| GRAN MEDITERRANEO | 10 000g |
| eau | 5000g |
| huile d'olive - Ou saindoux | 400g |
| levure fraîche | 400g |

Pétrir GRAN MEDITERRANEO, l'huile et la levure avec les 2/3 de la dose d'eau pendant quelques minutes dans un robot de cuisine (de préférence un robot à bras plongeur ou à spirale).
Versez ensuite le reste de l'eau en 2 ou 3 fois, en veillant à ce qu'elle soit complètement absorbée.
Continuez à pétrir jusqu'à ce que la pâte soit lisse et élastique.
Le temps de pétrissage est d'environ 15 minutes avec un robot à spirale, et plus long avec un robot à bras plongeur.
Laissez ensuite reposer la pâte 15 à 20 minutes à une température de 22 à 24 °C. (TEMPS DE REPOS)

## COMPOSITION FINALE

Lorsque le temps de repos est terminé, divisez la pâte en portions (généralement 70 g ou 500 g de pâte pour chaque portion).
Roulez la pâte pour former des pains, ronds ou longs.
Placez la pâte dans une chambre de fermentation à 28-30 °C et à une humidité relative de 70-80 % pendant 50 à 60 minutes. Si vous souhaitez donner à votre pain un aspect fait maison, laissez-le plutôt monter sur une planche bien farinée.
À la fin du temps de montée, faites cuire les pains de 70 g pendant 20 minutes et les pains de 500 g pendant 50 minutes, tous deux à 220-230 °C. Il est conseillé d'ouvrir la vanne vers la fin de la cuisson afin de permettre au pain de bien sécher.
N.B.
Les temps recommandés pour chaque étape (pétrissage, repos, montée et cuisson) peuvent être ajustés en fonction des exigences du processus de travail.

irca GROUP
Extraordinary made simple.