



FARINES BLANCHES

Index

Blanc	1
Baguette	2
Campagnard	2
Ciabatta	4
Epeautre blanc	2
Grand maman	1
Gluten Pur	4
Gluten 25 %	4
Miche Blanche	2
Pizza	4

Hauts-Sarts, 3e Avenue, n° 8 - HERSTAL
 Tél : 04/240.37.00
 www.intergrains.be

FARINES BLANCHES

Blanc - Grandmaman

Pain Blanc est un mélange de froment pour la préparation du pain de base.

Grandmaman est un mélange de graines de froment minutieusement choisies, mouture traditionnelle, une addition d'épeautre et de seigle sont la base essentielle et fiable pour la préparation du pain. *C'est un pain serré à l'ancienne.*

Recette

1000 g de farine	Eau	Levure	Sel
Blanc	600-650 g	20-25 g	18 g
Grandmaman	600 g	20 g	20 g

Méthode de travail

	Blanc	Grandmaman
Pétrissage	5-8 min. lent	5-10 min. lent
Pause	40-50 min.	45-60 min.
Détente (*)	15-20 min.	0-15 min.
Apprêt	+/- 60 min.	+/- 60 min.
Cuisson	+/- 50 min / 220°C	+/- 40 min. / 200° C

Campagnard - Epeautre Blanc

Campagnard est un mélange bien équilibré de farines de froment et de seigle, d'un taux d'extraction élevé. L'incorporation des couches extérieures du grain de froment dans le mélange donne un type de pain riche en minéraux. Le goût est accentué par une addition de levain naturel.

C'est un pain aéré.

Epeautre Blanc est un mélange de farine originale pour un pain. L'épeautre est une céréale, devenue rare, cultivée sur des terroirs pauvres. Le mélange est aussi enrichi des composants les plus importants de l'enveloppe du grain de froment.

C'est un pain très serré bon pour accompagner le fromage.

Recette

1000 g de farine	Eau	Levure	Sel
Campagne Blanc	610-630 g	20 g	17 g
Epeautre Blanc	550 g	20 g	17 g

Méthode de travail

	Campagne Blanc	Epeautre Blanc
Pétrissage	3 min. lent	3 min. lent
Pause	10-15 min.	25 min.
Détente (*)	20 min.	20 min.
Apprêt	+/- 70 min.	+/- 60 min.
Cuisson	+/- 45 min / 235°C	+/- 45 min. / 230° C

Baguette - Miche Blanche

Baguette est une farine typique pour la fabrication du pain français, baguettes. Les froments utilisés ont été sélectionnés et mélangés avec soin, afin d'obtenir une qualité bien équilibrée et stable.

Miche est une farine forte pour produits croustillants, composée des meilleures variétés de froment, soigneusement sélectionnées.

Conseil : Ajouter un récipient d'eau au four afin de faire de la vapeur, cela vous permettra d'obtenir une mie moelleuse et une croûte plus croustillante.

Recette

1000 g de farine	Eau	Levure	Sel
Baguette	600 g	20 g	17 g
Miche	600 g	55 g	17 g

Méthode de travail

	Baguette	Miche
Pétrissage	5 min. lent	2 min. lent
Pause	5-10 min.	10 min.
Détente (*)	30-40 min.	5-10 min.
Apprêt	+/- 120 min.	+/- 60 min.
Cuisson	+/- 22 min / 235°C	+/- 20 min. / 240° C

Gluten Pur - Gluten 25 %

Gluten Pur est une farine pour aérer la mie. Il est impossible d'en faire un pain. Le Gluten Pur ne change pas la couleur de la mie.
Conseil 10 % de la quantité de farine utilisée.

Gluten 25 % ou pain au gluten est une préparation prête à l'emploi particulièrement riche en gluten et à teneur en hydrates de carbone fortement réduite. Conseillée pour la base de pain de régime, cette farine a tendance à éclaircir légèrement la mie.
C'est un pain aéré.

Recette

1000 g de farine	Eau	Levure	Sel
Gluten 25 %	700 g	25 g	17 g

Méthode de travail

	Gluten 25 %
Pétrissage	5 min. lent
Pause	5-10 min.
Détente (*)	20 min.
Apprêt	+/- 70 min.
Cuisson	50 min / 220°C

Ciabatta - Pizza

Ciabatta est d'origine italienne. Une manière de préparation très spéciale, une longue fermentation et une pâte très souple garantissent un arôme délicieux dans une mie bien alvéolée sous une croûte légèrement croquante.

Pizza est une préparation prête à l'emploi, il suffit d'y ajouter tout simplement de la levure et de l'eau pour confectionner la pâte.

Recette

1000 g de farine	Eau	Levure	Sel
Ciabatta	750 g	20 g	17 g
Pizza	470 g	30 g	-

Méthode de travail

	Ciabatta	Pizza
Pétrissage	3 min. lent	5 min. lent
Pause	50-70 min.	15 min.
Détente (*)		
Apprêt	+/- 60-80 min.	+/- 25 min.
Cuisson	+/- 22 min / 235°C	+/- 20 min. / 220° C

Ciabatta bien fariner la table et la pâte, épaisseur 3 cm des pâtons de 30 cm sur 8 cm de largeur (+/- 250 g)

Pizza après environ 15 min. de pause, passer la pâte au rouleau, jusqu'à 2.5 à 3 mm d'épaisseur, et découper les fonds de pizza.

Poids des fonds :	Pâte	Diam. du moule
	170 g	24 cm
	150 g	20 cm
	120 g	18 cm