



ARTIPAN

Mélange pour pain blanc

Artipan Grandmaman

Pour la préparation d'un pain de campagne rustique à base de farine de froment, de seigle et d'épeautre.

Recette

Composition de la pâte

Artipan Grandmaman	1.000 g
Eau*	± 620 g
Levure	20-25 g
Sel	Conformément aux prescriptions légales

*La pâte doit être souple au toucher : il faut ajouter au moins 63% d'eau.

Méthode de travail

Pétrissage

Type spirale	± 10 min, lent
Type pétrin à bras	± 25 min, lent

Température de la pâte 24-25 °C

Temps de pousse

Pointage 45-60 min

Pesage

Détente 0-15 min

Façonnage

Apprêt ± 60 min

La phase de détente permet à la pâte de lever plutôt en hauteur, elle succède à une phase de pointage légèrement plus courte (± 45 min). Dans ce cas, cuire le pain avec le fond tourné vers le haut.

Cuisson ± 50 min / 200-210 °C (pas ou peu de vapeur)

Si préparé conformément à la recette ci-dessus, ce pain Artipan comporte la (les) allégation(s) nutritionnelle(s) suivante(s) :

- **Faible teneur en graisses saturées**
- **Source de protéines**

