

LE PAIN IG BAS SANS PÉTRISSAGE DE CHRISTINE

POUR 8 GOURMANDS

Faire chauffer l'eau (42° max) et la verser dans un contenant supportant la chaleur avec un bec verseur. Ajouter la levure. Bien mélanger et couvrir d'un film étirable pendant une dizaine de minutes. Une légère mousse se forme au-dessus.

Dans un grand saladier, mélanger les farines et le sel. Ajouter la levure délayée et bien mélanger à l'aide d'une maryse. Si la pâte est collante, c'est normal.

Recouvrir d'un linge et laisser la pâte doubler de volume pendant au moins 1h30.

Préchauffer le four au moins à 240°.

Dans une cocotte en fonte munie d'un couvercle, poser une feuille de papier sulfurisé au fond. Verser la pâte à pain à l'aide de la maryse. Refermer la cocotte avec le couvercle.

Enfourner pendant 45 minutes. Le pain est cuit quand il sonne creux quand on tape dessous.

- 150 g de farine de petit épeautre semi-complète
- 200 g de farine de blé semi-complète
- 1 sachet de levure de boulanger déshydratée (Briochin)
- 3 g de sel
- 300 g d'eau