

Pain à la cocotte (plus de boulot, mais meilleur pain)

Recette tirée de <https://www.theflyingflour.com/blog/pain-levain-maison-sans-robot>, adaptée par mes soins.

Ingrédients

- 150 grammes de levain rafraîchi
- 250 grammes de farine bio T80
- 250 grammes de farine bio... T110, petit épeautre, sarrasin... je fais au gré de ma fantaisie
- 355 grammes d'eau déchlorée (de l'eau du robinet qu'on a laissé reposer une heure ou deux)
- 15 à 20 grammes de sel gris

Préparation

- mélanger le levain, les farines et l'eau ;
- couvrir d'un linge et laisser reposer une heure (c'est l'autolyse) ;
- entailler un peu la pâte avec une corne de cuisine et ajouter le sel ;
- glisser la corne sous la pâte pour la rabattre vers le milieu sans la déchirer, répéter le mouvement de rabattage sur tout le tour de la pâte, deux ou trois fois ;
- laisser reposer 45 minutes en couvrant d'un linge ;
- répéter le rabattage et laisser reposer 45 minutes en couvrant d'un linge ;
- répéter le rabattage et laisser reposer 45 minutes en couvrant d'un linge ;
- répéter le rabattage (quatrième et dernière fois) et laisser reposer 45 minutes en couvrant d'un linge ;
- fariner généreusement le plan de travail et déposer le pâton dessus ;
- étirer le pâton au nord et rabattre au sud ;
- faire de même de l'ouest vers l'est, du sud au nord et de l'est à l'ouest ;
- déposer dans un banneton abondamment fariné ou, si le pâton est coulant comme c'est le cas avec la farine de sarrasin, dans un moule à cake ;
- couvrir le banneton ou le moule à cake d'un linge et déposer au frigo pour la nuit ;
- le lendemain matin, préchauffer le four :

- si le pâton est en banneton :
 - préchauffer à 250°C avec la cocotte (avec son couvercle) pendant au moins 20 minutes ;
 - poser une feuille de papier sur le banneton et une assiette sur la feuille ;
 - retourner l'ensemble, le pâton doit se déposer sur la feuille ;
 - mettre des coups de ciseaux sur le côté de la feuille pour éviter que ça fasse des plis dans le pâton quand il sera dans la cocotte ;
 - grigner le pâton ;
 - sortir la cocotte du four, déposer le pâton avec la feuille de cuisson dans la cocotte et remettre le couvercle ;
 - mettre au four pour 35 minutes ;
 - enlever le couvercle de la cocotte ;
 - baisser la température à 220/230°C ;
 - laisser cuire 10 minutes ;
 - sortir la cocotte du four et sortir le pain (sans se brûler) ;
- si le pâton est en moule à cake :
 - préchauffer à 230°C ;
 - laisser cuire 35/40 minutes ;
 - sortir le pain du four
- déposer le pain sur une volette pour le laisser refroidir ;
- une fois presque complètement refroidi, vous pouvez le déguster.

Révision #1

Créé 20 novembre 2020 08:47:44 par Luc

Mis à jour 20 septembre 2024 14:26:22 par Luc