

Complet aux pruneaux

Ingrédients :
Bourgeois Complet 1 kg
Pâte fermentée 200 grs
Levure 30 grs
Eau 0,7 à 0,72 l
Pruneaux 500 grs (26 %
du poids de pâte, 50 %
du poids de farine)

Pétrissage

BATTEUR

- 5 mn en 1^{re} vitesse ;
- 5 mn en 2^{me} vitesse.

SPIRAL

- 5 mn en 1^{re} vitesse ;
- 7 mn en 2^{me} vitesse.
- Incorporer les pruneaux entiers
- 3-4 mn en 1^{re} vitesse en fin de pétrissage.
- T° de pâte en fin de pétrissage : 24 à 26°C.

Pointage 20 mn à T° ambiante.

Division 225 grs en pâte.

Détente 15 mn.

Façonnage Manuel en bâtard court et en barquinette.

Scarification En saucisson ou polka.

Apprêt 45 mn à 1 h, à T° ambiante.

Cuisson Dans un four à 230°C, avec buée, jusqu'à obtention d'une croûte bien dorée.

Attention, l'incorporation des pruneaux provoque une coloration rapide de la croûte.

Suggestion : Pour faciliter le transit intestinal !



Prix de vente
conseillé : 1,60€ pièce,
soit 5€/kg
(14,5€ pièce + 0,15€
la barquinette)

artisan
boulangier (coeff 5)

