



# 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)



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



## Pétrissage

BATEUR

- 5 mn en 1<sup>re</sup> vitesse ;
- 5 mn en 2<sup>me</sup> vitesse.

SPIRAL

- 5 mn en 1<sup>re</sup> vitesse ;
- 7 mn en 2<sup>me</sup> vitesse.
- Incorporer les pruneaux entiers  
3-4 mn en 1<sup>re</sup> 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 !