

Élaboration d'un levain dur



1^{er} rafraîchi

- Chef 1,1 kg ● Farine tradition 1 kg ● Eau 25°C 1 l

> Mélanger au batteur avec la feuille (5 mn environ), pour obtenir un mélange homogène. Laisser fermenter pendant 12h à 25°C.

2^{ème} rafraîchi

- 1^{er} rafraîchi 3,1 kg ● Farine tradition 3 kg ● Eau 25°C 1,5 l

> Mélanger au batteur (5 mn environ), pour obtenir une pâte homogène. Laisser fermenter pendant 12h à 25°C.

3^{ème} rafraîchi

- 2^{ème} rafraîchi 7,6 kg ● Farine tradition 7,6 kg ● Eau 25°C 3,8 l

> Mélanger au batteur (5 mn environ), pour obtenir une pâte homogène. Laisser fermenter pendant 8h à 25°C.

- Farine de seigle T170 500 grs

- Eau à 35°C 0,6 l

- Miel 20 grs

> Mélanger à la main tous les ingrédients, et laisser fermenter 24h à 35°C ou 48h à 25°C.

Stocker le levain entre 6 et 12°C.

Conserver toujours une souche de levain pour pouvoir le rafraîchir.

Rafraîchi d'un levain dur

> **Rafraîchi du levain dur à partir d'une souche de levain :**

Pour réaliser le rafraîchi, mélanger les 3 ingrédients au batteur pendant 5 mn en première vitesse, puis laisser maturer le levain pendant 3 h à température ambiante.

Après la maturation, stocker le levain au froid (4 à 8°C).

Le levain dur peut se conserver au réfrigérateur sans qu'il perde de son activité pendant un maximum de 4 jours. Le rafraîchi doit donc être fait au moins tous les 4 jours.

Il est important de garder une souche de ce levain dur pour réaliser le rafraîchi.

Pendant les périodes de vacances, mettre une quantité de levain dans un réfrigérateur à 4°C maximum et le rafraîchir 2 jours de suite avant de le réutiliser.

- Souche de levain dur 1 kg

- Eau à 35°C 1 l

- Farine de Blé T80 2 kg