

**Éclats**  
DE  
**BLÉ** Éclatante  
de vitalité!

**AB**  
AGRICULTURE  
BIOLOGIQUE



## Recette pour 60 baguettes

### Prétrempage

Mélanger l'Éclats de Blé avec l'eau à l'aide d'une spatule ou d'un fouet.

Éclats de Blé bio : 1,2 kg (40%)

Eau : 1,8 litres (60%)

Important : cette étape doit se faire au minimum 2 heures avant le pétrissage (pour permettre une absorption totale et parfaite des enveloppes). L'idéal est de la faire la veille pour le lendemain.

### Ingrédients du pétrissage

Farine T65 - Bio : 10,8 kg

Eau (T.B : 55 à 60°C) : 6,7 litres

Sel : 230 g

Levure : 140 g

prétrempage : 3 kg

Mettre dès le début du frasage l'eau, la farine, le sel, la levure et le prétrempage

**L'astuce qualité**  
Pour une plus grande souplesse de la pâte et donc un meilleur pétrissage, nous vous conseillons de garder 4% d'eau de coulage (0,5 litres) pour bassiner, soit un total de 67% d'hydratation.

### Pétrissage

	Spiral	Batteur	Axe oblique
1 <sup>re</sup> Vitesse	5 min	4 min	5 min
2 <sup>e</sup> Vitesse	6 min	5 min	12 min

Il est conseillé de faire une autolyse de 30 min à 1 heure.

Dans ce cas, baisser le temps de pétrissage d'1 minute.

Pâte en fin de pétrissage : 23°C maximum

### Pointage (en bacs)

De 12 à 24 heures à 4°C

### Détente

Laisser 20 min (soit en bacs, soit en pâtons) revenir à température

### Façonnage

Pâtons de 350g. Façonner en baguettes (environ 50 cm)

**L'astuce qualité :** le façonnage doit être léger, sans dégazage excessif pour une mie plus aérée et plus légère en bouche.

### Apprêt

1h - 1h15 à température ambiante

### Cuisson

4 coups de lame

Température de cuisson : 240-250°C (selon les fours), pendant 20 min environ

**L'astuce qualité :** mettre un peu moins de buée que pour une baguette ordinaire.

Attention à la cuisson (la croûte aura plus facilement tendance à ramollir que pour une baguette tradition sans Éclats de Blé).

> Prix de vente conseillé :  
même prix que la Tradition-bio.