



Pain flocons VitaD



Méthode:	directe
Recette:	18'970 g
Rendement:	42 pièces
Poids en pâte:	450 g
Pétrissage:	Pétrin à spirale
Mélange:	10 minutes
Pétrissage:	4 - 6 minutes
Température de cuisson:	25° C
Pointage:	75 minutes

Ingrédients	Poids (g)	En %	Processus
Farine de froment 720	8'000	80.00	
Farine complète de froment	1'000	10.00	
Farine de seigle fine	1'000	10.00	
Eau	7'800	78.00	
Rogo nouveau (malt)	300	3.00	
PANATURA® FORTE	150	1.50	
Levure VitaD	300	3.00	
Huile de colza	200	2.00	Mélanger les ingrédients
Sel	220	2.20	Ajouter à la fin du mélange, pétrir jusqu'à obtenir une pâte plastique
Mélange flocons de graines grillées	1'000	10.00	mélanger à la pâte

Fabrication

Peser et allonger des pâtons de 450 g. Badigeonner à l'eau et recouvrir de graines de tournesol. Déposer les pâtons dans des moules rectangulaires (18x9x6) et laisser fermenter 20 - 30 minutes à température ambiante.

Préparation à la cuisson

Inciser une fois en long et cuire de suite.

Cuisson

Enfourner avec vapeur dans un four chaud. A mi-cuisson, ouvrir le soupirail et cuire croustillant.

Température de cuisson: 220° C au départ puis laisser descendre

Temps de cuisson: 45 minutes

Conseil

Varié et remplacer les flocons de 5 céréales par d'autres graines ou céréales