

BAGUETTES AVEC POOLISH

Poolish :

200 g de farine
200 g d'eau
1 cuillère à café de levure déshydratée

Le lendemain :

400 g de farine
12 g de sel (soit 2 cuillères à café 1/2)
160 g d'eau



La veille, mélanger les ingrédients de la poolish dans un cul de poule et la laisser à température ambiante recouvert d'un torchon jusqu'au lendemain.

Le lendemain, mettre la farine, le sel et l'eau dans le bol d'un robot et ajouter la poolish. Pétrir pendant deux à trois minutes.

Laisser au repos dans le bol pendant 20 minutes.

Façonner les 4 baguettes. Les mettre dans le filet à baguettes (ou sur une feuille de cuisson) et laisser pousser 30 minutes en prenant soin de couvrir d'un torchon un peu humide.

Préchauffer le four à 250°C.

Inciser les baguettes et les badigeonner d'eau salée.

Les enfourner et lancer en bas du four 40 ml d'eau pour faire le coup de buée. Ne plus ouvrir le four pendant 20-25 minutes.



<http://lamarmiteamalice.over-blog.com/>

