



# Les Baguettes...

[Bien tout lire avant de faire la recette...](#)

## INGREDIENTS :

- ò 500 g de farine Type 55 !
- ò 290 g d'eau minérale
- ò ½ Cube de levure de boulanger
- ò 10 g de Sel (le sel évite que le pain rassisse (sel Guérande excellent))

*3 levées de 20 minutes minimum... dont 1 la veille avant de se coucher... + 20 minutes de cuisson.*

## Faire le levain :

Mettre 160 g d'eau précis et :

- le demi-cube de levure de boulanger (20 g) frais **Mixer 5 sec Vit 5 Programmer 1 min 30, 37°C Vit 3.**
- ou**
- le demi-cube de levure de boulanger (20 g) congelés **Mixer 5 sec Vit 7 Programmer 2 min 30, 37°C Vit 3.**
- ou**
- 2 sachets de levure déshydraté. **Mixer 5 sec Vit 5** avec quelques pulsions de **2 secondes de Turbo** si il y a des reste de levure sur les parois du bol. Programmer **1 min 30, 37°C Vit 3.**

Rajouter 100g de farine et Programmer **5 Sec Vit 5.**

**Laisser reposer 20 Minutes !**

## Faire la pâte :

Mettre 140 g d'eau précis. Rajouter les 400g de farine et Programmer **2min30 Fonction pétrin.**

Peser 10 g de sel en se servant du gobelet doseur.

Mettre en fonction **pétrin** sans programmer le temps, et verser le sel petit à petit environ pendant **40 seconde et laisser pétrir 20 secondes** (soit 1 minutes de plus).

**Vérifier avec un Thermomètre la pâte doit être à 27°C**

## La première pousse : 1heure (ou la veille)

Faire une grosse boule que l'on laisse lever dans un saladier recouvert d'un linge **Humide ! minimum 20 minutes** dans un endroit tiède. **Supérieur à 24°C.**

**Après ce temps, elle doit doubler de volume,** raplatir la pâte, reformer une boule que l'on coupe en 4. Les allonger pour en faire 4 baguettes. Les fariner.

## La Seconde pousse :

**Laisser lever 20 minutes** dans un moule à baguette type Silform de chez Demarle (me demander plus de renseignement) recouvert d'un linge **Humide** qui ne touche pas les baguettes !!! Attention il ne faut pas que ça double de volume sinon elle va s'affaisser à la grignée !!!

Puis placer le plat lèche-fritte tout en bas du four, le préchauffer à **240° en chaleur tournante.** Faire chauffer au Thermomix **1L5** d'eau bouillante **20 minutes Température Varoma.**

Quand les baguettes ont bien 1\* et demi gonflé de volume, (si vous n'avez pas pu mettre le torchon humide à l'aide d'un pinceau alimentaire mouiller délicatement les baguettes) les grigner et les parsemer de farine.

## La Cuisson :

Le plus rapidement possible pour éviter que le four perde de la température à l'ouverture de la porte : Y verser l'eau bouillante dans le lèche frite en même temps que vous enfourner le pain dans le four. Laisser cuire **10 Minutes à 260°C** et **10 Minutes à 220°C** sur la grille 2 du four (rappel en chaleur tournante).

*Si vous souhaitez congeler le pain... Le faire décongeler directement dans le four à froid 15min à 125°C*

Et Hummmmmmm... le pain doit absolument être comme chez le boulanger... dans tous les cas...  
le pain doit « chanter » en le pinçant...  
Si vous n'y arrivez pas... ...  
On le fera ensemble... JB.H.

*"Retour Accueil"...* ou *"Retour Sommaire recettes du mois"*

*Recette Offerte par Jean-Bernard Hallez  
Vôtre conseiller... 06-72-91-04-43*

