

## TRADITION 4 GRAINES

POUR PAIN DE TRADITION FRANÇAISE



TERRAMIE TRADITION:	1 000 g
EAU (environ) :	680 g
LEVURE :	10 g
SEL:	20 g
GRAINES RÉHYDRATÉES* :	200 g

## Pétrissage :

BATTEUR	AXE OBLIQUE	SPIRALE
5 minutes en V1	10 minutes en V1	8 minutes en V1
+1 mn en V2	+ 2 mn en V2	+1 mn en V2
Température	Température	Température
de base 60°C	de base 60°C	de base 58°C

## RECETTE EN DIFFÉRÉ

Température en fin de pétrissage : 22-23°C

Pointage: 1 heure avec 1 ou 2 rabats

Blocage 24-48h : Mettre en bac avec couvercle au froid à 4°C

 $\mathcal{D}$ ivision : Sortir les bacs puis diviser la pâte froide.

Déterte : 20 minutes.

Façonnage : Manuel ou rouleaux desserrés.

Apprêt: 45 minutes à 1h à 25°C, ou bien plusieurs heures en froid à 10-12°C

Cuisson: Environ 25 minutes à 240°C

VOUS POUVEZ ÉGALEMENT À PARTIR D'UNE PÂTE DE TRADITION EN FIN DE PÉTRISSAGE INCORPORER LES GRAINES TREMPÉES : 6000 6 DE PÂTE + 800 6 DE GRAINES TREMPÉES > 1 MN AU BATTEUR ET PRODUIRE AINSI 2 TYPES DE PAIN À PARTIR DU MÊME PÉTRIN.





Température fin de pétrissage : 22-23°C

Poirtage : 3 heures avec 1 ou 2 rabats dans la 1ère heure

*Division* : Mécanique *Détente* : 20 <u>minutes</u>.

Façonnage : Manuel ou rouleaux desserrés.

Apprêt: 45 minutes à 1h MAXI à 25°C

Cuisson: Environ 25 minutes à 240°C

Ingrédients : Farine de blé, gluten, farine de blé malté, enzyme\* (alpha-amylase).

+ Mélange 4 graines (lin brun, lin jaune, millet, tournesol).

\*Les enzymes sont des auxiliaires technologiques et ne doivent pas être déclarées dans les produits cuits.



RISQUE ALLERGÈNE : contient du gluten. Mention à reporter sur l'étiquetage à destination du consommateur

Valeurs nutritionnelles pour 100 g :	
Energie : 509 kcal / 2108 kj	
Matières grasses : 36 g	Dont acides gras saturés : 4 g
Glucides : 19 g	Dont sucres : 2 g
Fibres : 18 g	Protéines : 18 g
Sel : 0,048 g	

