

Baguettes sans pétrissage

La veille :

1 CS de levure sèche Bruggeman Instant **ou** Saf instant **ou** Briochin
Ou 20 g de levure fraîche
500 g de Farine T55 ou T65
2 cc de sel de guérande
2 cc de sucre de canne
370 ml d'eau pétillante (genre Quézac)

CS = Cuillère à soupe - cc = cuillère à café

Dans un grand saladier, mélanger la farine et la levure sèche (si levure fraîche, la diluer dans un peu d'eau tiède), puis ajouter le sel, le sucre et l'eau.
Mélanger tous les ingrédients avec une cuillère mais sans vraiment travailler la pâte. Celle-ci est très collante : c'est normal.

Filmer pour éviter le dessèchement et mettre **au frigo pour 12 heures minimum.**



la pâte a doublé de volume.

Le lendemain :

Etaler la pâte sur un plan fariné. Faire une boule en farinant bien les mains car la pâte est très collante : c'est tout à fait normal pour cette recette.
Partager en 4 parts de 220 g (ou 8 parts de 110 g environ) et façonner des baguettes sans travailler la pâte :



1



2

Photo 1 : placer les baguettes dans un moule à baguettes **perforé**.

Photo 2 : on peut remettre les baguettes au frigo 1 h ou plus, mais maintenant je saute cette étape et je mets à cuire immédiatement.

Préchauffer le four à chaleur tournante, à 250°/260° avec un récipient d'eau chaude.

Pendant ce temps, saupoudrer les baguettes de farine et faire des grignes avec une lame de rasoir :



4 baguettes de 220 g chacune ou 8 mini baguettes de 110 g environ

Enfourner uniquement la plaque perforée directement sur la grille du four à mi-hauteur et cuire 10 mn à 250°, ensuite descendre la température à 220° et cuire encore 10 à 15 mn.

Et voilà :



J'ai toujours au frigo une pâte d'avance. En fait je façonne mes baguettes et les mets à cuire quand j'ai besoin. Le principal est de laisser la pâte minimum 12 h au frigo.

Pour avoir un résultat super il faut faire 4 baguettes (et non 2 ou 3) avec cette recette. J'ai essayé avec de la farine complète, de la farine de seigle ou aux 5 céréales : le résultat est toujours parfait ! Dans ce cas je rajoute 10 à 20 ml d'eau à ma recette.

Dernièrement j'ai essayé avec 250 g de farine T65 + 250 g de farine 5 céréales et j'ai ajouté 2 CS de graines de sésame ainsi que ½ cc d'épice à pain d'épice, 2 cc de sel, 2 cc de sucre et 390 g d'eau. Le lendemain, j'ai façonné un gros pain que j'ai mis en cocotte et j'ai laissé lever 1 h. Ensuite j'ai enfourné à froid à 240° pendant 40 mn environ. C'était fameux.