

Placide.

Cette recette de pain vous séduira par la qualité du goût et la texture de la mie avec une croûte très croustillante. Le nom « Placide » est surtout destiné à la personne qui désire réaliser ce pain. Quelques synonymes pour le plaisir : calme, décontracté, doux, flegmatique, froid, impassible, imperturbable, indifférent, modéré, pacifique, paisible, patient, posé, quiet, serein, silencieux, tranquille. Voilà ce qu'il va vous falloir pour cette longue préparation surtout si vous n'avez pas de levain d'avance. L'enjeu en vaut la chandelle, je vous le promet.

Ingrédients :

Pour environ 3 baguettes ou 2 pains

- 150 g de levain maison (la recette est ici : [Clic](#))
- 430 g de farine T65
- 300 ml d'eau
- 10 g de sel de Noirmoutier



Séquence 1 :

Autolyse au frais : Dans un saladier, verser la farine et l'eau.

Mélanger sans pétrir à l'aide d'une spatule en bois.

Filmer le saladier, et entreposer au frais pendant 12 à 24 heures.

L'autolyse correspond à la phase d'hydratation des différents constituants de la farine avant le pétrissage de la pâte et après le frasage (mélange eau et farine). Ces différents constituants sont: les protéines qui formeront le réseau glutineux, les amidons et les fibres, chacun ayant des vitesses d'hydratation différentes. L'autolyse permet d'obtenir une pâte plus lisse, plus extensible, plus élastique et moins collante, gage d'un pain qui aura à la fois un meilleur aspect (croûte et mie) et un volume plus élevé.

Penser à rafraichir votre levain deux à trois heures avant la suite.

Séquence 2 :

Le pétrissage : Utiliser le levain quand il est au maximum de sa pousse (c'est à dire quelques heures après son rafraîchi).

Verser la préparation précédente (celle qui était au frais) dans le bol du robot, et ajouter 150 g de levain liquide et 10 g de sel.

Pétrir pendant 10 minutes (20 minutes si pétrissage manuel). Vous devez obtenir une pâte très lisse, très collante et très élastique. **NE JAMAIS RAJOUTER DE FARINE!**

Couvrir le bol et laisser reposer pendant 3 à 4 heures à température ambiante. Toutes les 30 minutes, donner une dizaine de rabats à la pâte à l'aide d'une corne.

Après cette étape, verser la pâte qui a dû prendre du corps dans un saladier.

Filmer le saladier et laisser reposer au frais 24 à 48 heures : la pâte va gonfler et buller.

Séquence 3 :

Façonnage : Sortir la pâte du frigo et laisser revenir à température ambiante pendant 1H30 à 2H selon, puis déposer la pâte sur un plan de travail légèrement fariné. Donner à nouveau des rabats à la pâte jusqu'à ce qu'elle ne colle plus puis la bouler.

Diviser la boule en 4 pâtons identiques pour des baguettes ou 2 pâtons pour des pains et les bouler.

Laisser les pâtons se détendre pendant 30 minutes. Façonner vos baguettes ou vos pains: commencer par aplatir le pâton en aplatissant avec vos doigts en formant un disque. Replier 1/3 du pâton vers le bas 2 fois. Pour des baguettes, allonger le boudin en le faisant rouler sur le plan de travail pour lui donner une forme allongée, et déposer délicatement les baguettes sur un torchon fariné ou mieux dans un moule à baguette, pour le pain bouler à nouveau en serrant la pâte. Couvrir d'une toile et laisser reposer environ 45 minutes.

Séquence 6 :

Cuisson : Préchauffer le four à 250° et déposer une tourtière en métal sur la grille du bas. *J'ai l'avantage de cuire le pain au four à bois qui rend une chaleur différente et un goût unique à chaque four.*

Fariner la surface des baguettes et les grigner (avec une grignette) ou une lame de rasoir, et enfourner immédiatement.

Vider un verre d'eau dans la tourtière pour créer un "coup de buée". Cet apport de vapeur soudain contribue à la formation d'une belle croûte dorée et croustillante.

Cuire 15 à 20 minutes, puis laisser refroidir sur une grille.