



Des farines d'exception,  
naturelles et authentiques.

## La Tradi d'Antoine

**Autolyse 45' à 1 heure**

Label Rouge	1000g	
Eau (TB 64)	750g	

**Pétrissage Hydratation 85%**

Autolyse	1750g	
Levure	5g	
Sel	18g	
Pâte fermentée	100g	
Bassinage	100g	

### Pétrissage :

- Spiral : 13' en 1<sup>ère</sup>
- Bassinage : après 7 minutes de pétrissage, verser les 100 g d'eau

### Pointage :

- 1h30 en bac ou dans le pétrin avec 4 rabats toutes les 20 minutes
- Faire des bacs de 7 kg. Pointage 15 à 20 heures à 5°C

### Détente :

- 5 Minutes

### Tourne :

- Façonner en baguettes manuellement sans faire de plis
- Placer sur toile légèrement farinée à clair.

### Apprêt :

- 5 minutes

### Cuisson :

- Four vif (20° de plus que le pain). Fariner légèrement et mettre un coup de lame. Après 15 minutes de cuisson diminuer la température de 20°.

### Avantages :

- **De la sortie du bac à la sortie du pain du four il faut 45 minutes.**