



Des farines d'exception,  
naturelles et authentiques.

## Le Campagne d'Antoine avec Empois d'Amidon

**Autolyse 45' à 1 heure**

Label Rouge	800g	
Seigle T130	150g	
Eau (TB 60)	710g	

**Empois d'amidon**

Label rouge	50g	
Eau 100°C	50g	

**Pétrissage**

**Hydratation 88%**

Autolyse et Empois	1760g	
Levure	5g	
Sel	18g	
Pâte fermentée	100g	
Bassinage	120g	

**Pour faire l'empois d'amidon verser l'eau bouillante sur la farine et remuer avec une spatule.**

### Pétrissage :

- Spiral : 13' en 1<sup>ère</sup>
- Bassinage : après 7 minutes de pétrissage, verser les 120 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 et mettre un coup ou 3 coups de lames. 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.**