

Recette: The Bread of the World (Le Pain du Monde)

Le premier pain du monde entier, la recette réalisée à partir d'algorithmes : un pain rond fascinant. La recette est un mélange de recettes de pain les plus populaires de tous les coins du monde, elle a été ensuite retravaillée par le célèbre boulanger Sébastien Boudet. La pâte est mieux préparée avec une machine au pétrissage doux, telle que l'Assistant Original Ankarsrum, mais il est également possible de la préparer à la main.

Ingrédients (pour un pain d'environ 800g) :

250 g de farine de blé tamisée
150 g de farine d'épeautre
50 g de farine de maïs
100 g de grains de seigle (plus 1 dl d'eau bouillante)
30 g de graines de lin entières
2 c. à soupe de sucre de canne brut
2 c. à soupe de beurre pommade (fondu à température ambiante)
½ dl d'huile d'olive
3 cuillères à café de sel marin
2 g (taille d'un petit pois) de levure **organique**
4 dl d'eau à 35 ° C

Indications :

1. Faire éclater les grains de seigle en versant 1 tasse d'eau bouillante dessus. Laisser refroidir à 37 ° C (**tiède au toucher**).
2. Verser l'eau, la levure, le sel, le sucre, les graines de lin, la farine de maïs, la farine d'épeautre et les graines de seigle éclatées dans la cuve de votre robot ou dans un grand bol de mélange. Mélanger la pâte jusqu'à ce qu'elle soit lisse.
3. Ajouter la farine de blé à la pâte et la mélanger **dans votre robot jusqu'à ce qu'elle soit lisse (vitesse moyenne environ 2-3 minutes)**. Alternativement, **mélanger la pâte dans un bol. Couvrir la cuve avec le couvercle ou le bol avec un chiffon humide** et laisser la pâte reposer pendant 45 minutes.

4. Une fois la pâte reposée, ajouter le beurre mou à température ambiante et pétrir dans le robot jusqu'à ce que le beurre soit bien mélangé à la pâte (vitesse moyenne pendant environ 2-3 minutes). Alternativement, pétrir le beurre avec les mains en pinçant le beurre dans la pâte jusqu'à ce que tout le beurre soit mélangé. Ecarter les bords du bol et ajouter l'huile d'olive afin qu'elle pénètre entre le bol et la pâte.
5. Placer le couvercle sur la cuve du robot, ou un chiffon humide sur le bol, et laisser la pâte reposer à nouveau, cette fois pendant environ 2 heures. Etirer légèrement la pâte à intervalles réguliers, afin de lui donner une belle élasticité et une croûte plus fine. La meilleure technique est d'étirer la pâte du bord vers le centre, tout en tournant le bol entre chaque mouvement.
6. Fariner légèrement la surface du plan de travail et placer la pâte dessus. Tirer les bords vers le centre une dernière fois puis former le pain sur une forme ronde avec une hauteur d'environ 2-3 cm. Placer la pâte sur un chiffon de cuisine fariné et plier le chiffon sur la pâte, de sorte qu'il ne sèche pas.
7. Envelopper le pain avec du papier cellophane. Ensuite, le laisser reposer au réfrigérateur ou dans une chambre froide similaire pendant 12 heures.
8. Préchauffer le four à 250 ° C, avec une chaleur supérieure et inférieure, et placer une grille au milieu. Lorsque le four est chaud, placer la pâte sur du papier cuisson, parsemer légèrement de farine. S'assurer que le pain ne monte pas trop haut pendant la fermentation (la levée). Le Pain du Monde mesure environ 2 à 3 cm de haut, ce qui fait que le pain est cuit plus rapidement, avec une légère croûte.
9. Placer le pain au four sur le papier cuisson. Jeter quelques gouttes d'eau vers le bas du four et fermer la porte.
10. Après 15 minutes au four, le pain doit être retourné pour que les deux côtés puissent être bien cuits. Le laisser à nouveau 15 minutes environ, jusqu'à ce que la croûte ait la couleur désirée. Le temps total dans le four est d'environ 30 minutes, selon le type de four.

Ce qui rend un pain parfaitement cuit est très personnel, donc la meilleure façon de déterminer quand il est temps de retirer le pain du four est d'en vérifier la couleur. Personnellement, ma préférence est quand la croûte est vraiment bien cuite, et à la limite d'être un peu brûlée. Ensuite, la croûte a un délicieux petit goût caramélisé.

11. Retirer le pain et laisser refroidir.
12. Couper le pain avec ses mains et le partager avec ses amis.