

Aux Petits Bonheurs d'Ottoki...
<http://bonheursdottoki.canalblog.com/>

Petite miche de pain sur polish (525 g)

Recette MAP et cuisson cocotte



Elle pèse 525 g, mesure 18 cm de diamètre et 8 cm de haut environ

C'est une recette sur polish de Langlade

Faire la polish la veille, dans un saladier

250 g d'eau

120 g de farine T55

1 cc de levain en poudre (ou 5 g de levure fraîche ou 1 cc de levure sèche)

La polish est liquide, ne vous inquiétez pas, c'est normal !

Mélanger le tout et laisser reposer toute la nuit, à l'abri des courants d'air, pendant au moins 10 h. J'ai mis un film transparent sur le saladier.

Le lendemain, dans la cuve de votre machine à pain

240 g de farine T55 + 1 CS de farine de seigle ou complète ou bise (j'ai mis de la f. d'épeautre T70) + 2 cc de sel.

Programme PATE LEVEE (basic bake dough de 2 h 20 pour la pana)

Laisser lever le pâton dans la cuve pendant 1 h ou 2 (c'est ce que je fais mais vous pouvez le laisser lever dans la cocotte).

Faites comme vous avez l'habitude.

Déposer le pâton fariné dans une cocotte en fonte chemisée d'un papier cuisson.

Vaporiser le dessus du pâton avec de l'eau et saupoudrer de graines de pavot (ou autres graines).

Faire les grignes avec une incisette, une lame de rasoir ou un cutter. Fermer la cocotte.

Cuire départ four froid 50 min à 250°C. 5 min avant la fin, ôter le couvercle pour dorer le dessus du pain.

