

Pains à la semoule (Eric Kayser)

Ces pains sont tellement bons que je les ai déjà fait 4 fois. Cette recette est tirée, encore une fois, du Larousse du pain d'Eric Kayser. Je ne me lasse pas de ce livre. Chaque semaine, je fais du pain avec mon levain liquide que je nourris depuis avril.

[Ajout du 22 octobre 2017:](#)

Je ne respecte plus les dosages d'eau du livre d'Eric Kayser, maintenant j'enlève systématiquement 15 g d'eau. La pâte est plus facile à travailler. J'utilise en priorité le Thermomix car je trouve que les pâtes sont mieux pétries qu'au Kitchenaid.



Ingrédients: *(pour 2 pains)*

375 g de farine T 65 ou T 55

125 g de semoule de blé dur

~~325 g~~ 305 g d'eau à 20°C

100 g de levain liquide

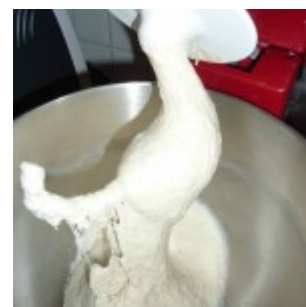
2 g de levure de boulanger fraîche

10 g de sel

Préparation:

1- Dans le bol du robot, mettre la farine, la semoule, le levain liquide, l'eau, la levure et le sel. Pétrir 4 min à Vitesse lente puis 7 min à Vitesse rapide (Vit 1 et 2 avec le Kitchenaid)

Au Thermomix, on additionne les 2 temps de pétrissage donc 11 min.





2- Laisser reposer sous un linge ou un film alimentaire pendant 2 heures.



3- A la fin de la pousse, fariner un plan de travail et diviser la pâte en deux pâtons (env 470 g). Leur donner la forme d'une boule et les laisser reposer 15 min sous un linge.

4- Aplatir chaque pâton avec la paume de la main



Le replier sur lui-même d'un peu plus d'un tiers de sa surface et presser avec les doigts.



Le tourner de 180° et le saupoudrer de semoule de blé dur. Rabattre dessus la partie restante et appuyer avec les doigts pour bien souder.



5- Placer les pâtons, soudure en dessous, sur un torchon fariné. Faire un pli pour les séparer. Couvrir d'un linge et laisser pousser 2 heures.

Je ne fais plus cette étape. maintenant je place directement les pâtons, soudure au-dessus, sur une plaque recouverte de papier cuisson.



6- Préchauffer le four à 230°C après avoir placé une plaque en position basse.

~~Déposer délicatement les pâtons sur une autre plaque recouverte de papier sulfurisé, soudure au-dessus. Juste avant d'enfourner, verser 5 cl d'eau sur la~~



plaque chaude. Faire cuire environ 20 min.



