

Couronne bordelaise aux noix et au blé

Notre même technique de façonnage peut être utilisée avec de nombreuses recettes de pain, tant que la pâte est de consistance moyenne et pas trop humide. La farine germée de blé complet est plus sucrée que la farine classique de blé complet, mais elle est aussi nutritive que la farine classique.

Rendement : une couronne circulaire.

Timing : mélangez le levain la veille de la cuisson, préparez la pâte principale le matin et faites cuire la couronne au four dans l'après-midi.



Levain

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Levain panaire mature, à 100 % d'hydratation	1 c. à soupe	11	0,4
Farine non blanchie, 11-12 % de protéine	$\frac{3}{8}$ tasse	55	1,9
Eau, à 68-70 °F / 20-21 °C	2 c. à soupe + $\frac{3}{4}$ c. à café	33	1,2

Pâte principale

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Farine non blanchie, 11-12 % de protéine	1 tasse	140	4,9
Farine germée de blé complet*	1 $\frac{1}{8}$ tasse	182	6,4
Eau, à environ 90 °F / 32 °C	$\frac{7}{8}$ tasse + 1 c. à soupe	222	7,8
Levure instantanée	$\frac{1}{4}$ c. à café	0,8	0,03
Miel	1 T	21	0,7
Sel	1 $\frac{3}{8}$ c. à café	8,25	0,29
Levain (ingrédients ci-haut)			
Huile de noix	2 c. à soupe + 1 c. à café	30	1,1
Noix, hachées	$\frac{7}{8}$ tasse	100	3,5

* En remplaçant la farine régulière (non germée) de blé complet, la pâte principale fermentera plus lentement. Ajoutez une autolyse (repos) avant de pétrir la pâte, prolongez la fermentation en masse / la première levée jusqu'à ce que la pâte ait doublé de volume (atteint 6 tasses / 1,5 litre) et prolongez la durée de la levée finale jusqu'à ce qu'un doigt doucement pressé dans la pâte fasse un creux qui rebondit lentement. Aucun changement n'est nécessaire pour le levain.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, moule de fermentation de couronne ou torchon propre, assiette ou corbeille plate de 12" / 30 cm, bol de 3-4" / 8-10 cm de diamètre et ruban ; plaque de four, pierre à pizza (facultatif) et papier parchemin.

Mélange du levain. Réglez la chambre de pousse à 70 °F / 21 °C avec de l'eau dans le récipient à eau. Mélangez tous les ingrédients du levain et pétrissez jusqu'à ce que le mélange soit bien lisse, pendant 3-4 minutes. Laissez-le fermenter dans la chambre de pousse pendant 12 heures. Le levain devrait avoir bien levé, mais sans avoir commencé à dégonfler.

Mélange et pétrissage de la pâte principale. Remplissez le récipient à eau si nécessaire et augmentez la température de la chambre de pousse à 85 °F / 29 °C. Mettez les deux types de farine, la levure et le sel dans un grand bol et mélangez bien. Ajoutez l'eau chaude, le miel et le levain et mélangez bien de nouveau. Pétrissez pendant 5 minutes, ensuite ajoutez l'huile de noix et pétrissez jusqu'à ce que tout soit bien incorporé. (Les noix hachées seront ajoutées plus tard, pendant le façonnage.) Après avoir bien incorporé l'huile, pétrissez pendant encore 5 minutes de plus.

Fermentation de la pâte principale. Mettez la pâte dans la chambre de pousse et laissez-la fermenter jusqu'à ce qu'elle ait atteint environ 1,5 fois son volume (environ 4 tasses / 1 litre). À 85 °F / 29 °C, ceci prendra environ 2,5 heures. Pendant la première heure, faites étirer et plier la pâte deux fois. Pour chaque séance de pli, étirez les quatre côtés de la pâte et pliez-les vers le centre.

Préparation des noix et du moule de la couronne. Pendant que la pâte lève, faites griller légèrement les noix pendant 6-8 minutes à 350 °F / 177 °C et frottez-les ensuite avec un torchon pour enlever une bonne partie de la peau. Afin de créer une forme de couronne, collez le petit bol au centre de l'assiette ou de la corbeille et recouvrez-la d'un torchon ou d'une couche de cuisine farinée.

Ajout des noix et préfaçonnage de la couronne. Coupez un morceau de pâte d'environ 150 g / 5,3 oz et façonnez-le en une boule. Couvrez et laissez la boule reposer. Ajoutez les noix à la pâte restante et faites-la étirer et plier quelques fois pour bien incorporer les noix. Divisez la pâte en six morceaux égaux d'environ 110 g / 4 oz chacun et façonnez-les en boules, ensuite couvrez les boules.

Garniture de la couronne. Sur une surface farinée, déroulez le plus grand morceau de pâte (sans noix) pour former un disque de 8" / 20 cm. Pour assurer une bonne séparation de la crête de la couronne, brossez un peu d'huile d'olive autour de la jante du disque. Placez le disque par-dessus le centre de la forme de sorte qu'il tombe des côtés et s'étende environ un pouce sur la surface plane de l'assiette ou la corbeille. Disposez les six boules de noix autour du disque central de façon uniforme ; idéalement, le bord du disque touchera le centre de la boule. Utilisez un couteau aiguisé pour couper le centre du disque afin qu'il y ait un rabat triangulaire qui enveloppe le dessus de chaque boule.



Levée de la couronne. Placez la couronne dans la chambre de pousse, encore réglée à 81 °F / 27 °C, et laissez-la lever jusqu'à ce qu'un doigt doucement pressé dans la pâte fasse un creux qui rebondit lentement, pendant environ 45-60 minutes. Assurez-vous que la serviette ne bloque pas le flux d'air chaud de la base de la chambre de pousse en repliant la serviette doucement sous l'assiette ou la corbeille plate, si nécessaire. Si vous utilisez une pierre à pizza, mettez-la sur la grille au centre du four. Préchauffez le four à 450 °F / 232 °C.

Cuisson au four de la couronne. Retirez la couronne de la chambre de pousse. Mettez une feuille de papier parchemin sur la plaque de four et placez-la par-dessus de la couronne. Ensuite inversez-la pour transférer la couronne sur la plaque de four ou sur la pierre à pizza chaude. Préparez votre méthode de vapeur au four et faites cuire la couronne au four pendant 25-30 minutes, ou bien jusqu'à ce que le pain atteigne une température interne d'environ 205 °F / 96 °C.