



Levain San Francisco

Ce dont vous aurez besoin :

- 1 paquet de culture de levain déshydratée
- Eau sans chlore (laisser reposer l'eau sur le comptoir pendant 24 heures ou faire bouillir et laisser refroidir)
- Farine blanche
- Pot en vitre de 1L ou contenant similaire
- Filtre à café ou tissu respirant
- Élastique
- Cuillère sans aluminium (l'inox est acceptable)

Pour activer la culture de départ :

1. Ajouter le paquet de culture de départ, 1 c. à soupe de farine et 1 c. à soupe d'eau au pot de 1L et bien remuer. Couvrir le pot avec un filtre à café ou un tissu respirant sécurisé avec un élastique. Laisser fermenter dans un endroit chaud (21°C – 29°C) pendant 12-24 heures.
2. Après 12-24 heures, nourrir la culture avec 2 c. à soupe de farine et 2 c. à soupe d'eau. Remuer vigoureusement. *Votre culture devrait avoir la consistance d'une préparation pour crêpe – vous aurez peut-être besoin d'ajouter de la farine ou de l'eau.*
3. Après 12-24 heures, nourrir la culture avec ¼ de tasse de farine et ¼ de tasse d'eau. Remuer vigoureusement.
4. Après 12-24 heures, nourrir la culture avec ½ de tasse de farine et ½ de tasse d'eau. Remuer vigoureusement.
5. Toutes les 12-24 heures, réduire le volume de la culture à ½ tasse et la nourrir de ½ tasse de farine et ½ tasse d'eau. Répéter tous les jours. Après 3 à 7 jours, votre culture fera des bulles. *Vous pouvez utiliser le restant de la culture dans plusieurs recettes.*



Levain San Francisco

Maintenir votre culture de levain

Sur votre comptoir (si vous vous en servez fréquemment)

Nourrir votre culture toutes les 12-24 heures avec :

- 1 part culture de départ
- 1 part eau
- 2 parts farine

Pour réduire les quantités à chaque alimentation, réduire votre culture à $\frac{1}{4}$ ou $\frac{1}{2}$ tasse à chaque fois.

* *Pour utiliser votre culture*, il vous en faudra une bonne quantité. Suivre les instructions ci-dessus, mais ne pas réduire la quantité à chaque fois.

Dans le frigo (si vous vous en servez une fois par semaine ou par mois)

Au froid, la culture sera en dormance et nécessitera moins d'attention. La nourrir aux 5 à 7 jours, de la même façon que si vous la gardiez sur le comptoir.

* Planifier votre horaire avec une culture gardée au frigo. Elle devra être tempérée et être nourrie 2 à 3 fois selon les instructions de comptoir avant de la faire cuire dans une recette.