

PAINS GOURMANDS

50 RECETTES SIMPLES ET CRÉATIVES

RICHARD BERTINET

PRÉFACE DE

A. POILÂNE

PAINS GOURMANDS

50 RECETTES SIMPLES ET CRÉATIVES

RICHARD BERTINET

PHOTOGRAPHIES DE
JEAN CAZALS

PRÉFACE DE
APOLLONIA POILÂNE



ÉDITIONS FRANCE LOISIRS



Le pain est fait d'ingrédients simples : de l'eau, de la farine, du sel ainsi qu'un levain ou une levure. Un cinquième ingrédient, rarement mentionné, mais ô combien essentiel, est la passion.

Car faire du pain requiert certes un savoir-faire, mais celui-ci ne saurait être dissocié de la passion.

Richard Bertinet et moi partageons cette passion.

Initié à l'univers du pain par son oncle et sa mère, Richard Bertinet a très vite pris conscience – comme je l'ai fait dans le fournil familial de la rue du Cherche-Midi – qu'il voulait devenir boulanger. Installé en Grande-Bretagne, il transmet aujourd'hui son expérience et son enthousiasme à des boulangers en herbe au sein de l'école de cuisine qu'il a créée à Bath.

Je me souviendrai toujours de la première miche que j'ai façonnée. Je me suis sentie « rassasiée » (avant même d'y avoir goûté !). Lorsque le pain fut cuit, je l'apportai à mon père et lui confiai combien je trouvais son métier – bientôt le mien – merveilleux. J'avais le sentiment d'avoir accompli des gestes essentiels. Ces gestes, cette passion ne m'ont pas quittée. Ils me nourrissent chaque jour.

Faire soi-même son pain emplit d'une sensation de bien-être total. C'est une alchimie qui relève à la fois du physique – vous avez fabriqué de vos mains un produit qui va vous nourrir – et du mental – vous avez créé quelque chose.

À travers les pages qui vont suivre, Richard Bertinet montre que, lui non plus, cette passion ne l'a pas quitté. Il souhaite la partager, vous encourager à vous mettre au fourneau, à défaut du fournil.

C'est une rencontre entre mon père – Lionel Poilâne – et Richard Bertinet, il y a quelques années, qui m'amène aujourd'hui à introduire cet ouvrage. J'espère qu'il fera naître en vous la passion du pain.

Apollonia Poilâne

Pour Jo, Jack et Tom

Richard Bertinet réalise son pain et enseigne à Bath, Grande-Bretagne : *The Bertinet Kitchen*,
www.thebertinetkitchen.com

Coordination éditoriale

Emmanuelle d'Harcourt

Traduction

Olivier Le Goff

Réalisation

Véronique de Fenoël

Coordination artistique

Emmanuel Chaspoul, assisté de Cynthia Savage
et Jacqueline Bloch

Lecture-correction

Chantal Barbot-Pagès, assistée de Isabelle Trévinat

Couverture

François Suptot, sous la direction de Véronique Laporte

Fabrication

Annie Botrel

Édition originale

Dough

Copyright © Kyle Cathie Limited, 2005

Copyright des textes : © Richard Bertinet, 2005

Copyright des photographies : © Jean Cazais, 2005

Édition française

© Larousse, 2006

Copyright du DVD : © Kyle Cathie Ltd, 2006

Toute représentation ou reproduction, intégrale ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur, ou de ses ayants droit, ou ayant cause, est illicite (article L.122-4 du Code de la propriété intellectuelle). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon sanctionnée par l'article L.335-2 du Code de la propriété intellectuelle. Le Code de la propriété intellectuelle n'autorise, aux termes de l'article L.122-5, que les copies ou les reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective, d'une part et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration.

Édition du Club France Loisirs, Paris. Avec l'autorisation des Éditions Larousse

Éditions France Loisirs - 123, boulevard de Grenelle, Paris - www.franceloisirs.com

ISBN : 978-2-298-000239-3 - N° éditeur : 48221 - Dépôt légal : août 2007

Imprimé à Singapour par Star Standard Industries Limited

sommaire

| | | | |
|--|----|--|-----|
| Introduction | 6 | Pain à la cardamome et aux pruneaux | 100 |
| Les outils du pain | 10 | Pain aux algues | 102 |
| Les ingrédients du pain | 12 | Tresses au sésame | 104 |
| Les mots du pain | 14 | Petits pains bruns | 105 |
| La pâte | 20 | Étoiles au pavot | 106 |
| | | Pain multigrain brun | 108 |
| | | Pain aux raisins secs, noisettes et échalotes | 110 |
| Chapitre 1 : Pâte blanche | 32 | Pain aux noix de pécan et aux canneberges | 112 |
| Fougasse | 36 | Pain complet 100% | 114 |
| Boules soufflées | 40 | | |
| Bouchées fourrées | 44 | Chapitre 4 : Pâte de seigle | 116 |
| Petits pains à étages | 46 | Couronne aux noix | 120 |
| Petits pains au citron | 47 | Pain aux olives | 122 |
| Bâtonnets aux graines de sésame et badiane | 48 | Pain de seigle au carvi et aux raisins secs | 124 |
| Bâtonnets aux olives, pecorino et herbes | 50 | Pain au bacon fumé et à l'oignon rouge | 126 |
| Petits pains aux épices du Maroc | 52 | Pain au cidre | 128 |
| Baguettes | 54 | Pain à l'anis et à la bière Guinness | 130 |
| Miche au gruyère et au cumin | 58 | Pain de campagne | 132 |
| Pain façon Beaucaire | 60 | Pain de seigle brun | 134 |
| Petits pains au safran | 62 | | |
| Pain de mie | 64 | Chapitre 5 : Pâte sucrée | 136 |
| Pudding aux fruits d'été | 66 | Miche à l'orange et à la menthe | 140 |
| | | Pudding de pain à la marmelade | 142 |
| Chapitre 2 : Pâte à l'olive | 68 | Pains Jack au chocolat | 144 |
| Focaccia au romarin et à la fleur de sel | 72 | Beignets | 146 |
| Focaccia au pesto, à l'olive et au piment | 72 | Tarte aux abricots et aux amandes | 148 |
| Pain fourré à la tomate, ail et basilic | 74 | Tranches au lard | 150 |
| Bol à potage | 78 | Pain brioché aux fruits | 152 |
| Tranches au parmesan, jambon de Parme et pignons de pin | 80 | Pain viennois | 154 |
| Pain plat | 82 | Scones | 156 |
| Pizza | 84 | | |
| Pain aux deux olives et à la pancetta | 86 | Autres recettes utiles | 158 |
| Ciabatta | 88 | | |
| | | Tableau des équivalences | |
| Chapitre 3 : Pâte brune | 92 | France - Canada | 158 |
| Pain aux abricots et à l'avoine | 96 | | |
| Miche au miel et à la lavande | 98 | Index | 159 |



Introduction

Compagnon : personne avec laquelle on partage le pain



Si la boulangerie a occupé une très grande partie de mon existence, c'est seulement l'enseignement de la panification qui m'a fait mesurer le plaisir et le sentiment de fierté que l'on éprouve quand, pour la première fois, on voit ce que l'on obtient avec simplement de la farine, de la levure, de l'eau et du sel. La fabrication de pain n'a rien de mystérieux et on ne naît pas boulanger, c'est à la portée de chacun. Avec ce livre, j'ai simplement l'intention de vous en convaincre, sans vous noyer sous des informations concernant la chimie du pain, les propriétés des différents types de farine, les équipements ou les techniques les plus sophistiqués.

A-t-on besoin de connaître le fonctionnement d'un carburateur pour bien conduire une voiture ? Non. Eh bien, vous n'aurez pas non plus à intégrer des notions scientifiques compliquées pour réussir des pains sublimes. Toutes les recettes présentées ici sont celles de pains que je réalise chez moi pour ma famille et mes amis, dans un four standard, avec mes deux garçons qui ne cessent de me distraire de mes occupations. Ces recettes, je les enseigne aux personnes qui assistent à mes sessions de formation ; j'aime cet instant où nous avons fini de boulanger, lorsque, assis devant les pains que nous avons confectionnés, un bon fromage, du jambon de qualité et un verre de vin, nous nous détendons tous en appréciant le résultat de notre travail. J'ai constaté que mes élèves détestaient rompre le charme de ce moment de convivialité, et rien ne me fait plus plaisir quand je les entends raconter qu'ils ont refait les mêmes pains chez eux, qu'ils les ont réussis, et qu'ils y ont trouvé la même satisfaction.

Une autre raison m'a poussé à écrire ce livre : elle tient à une préoccupation croissante concernant la qualité et la sécurité sanitaire des produits que nous mangeons, la présence d'additifs dans la nourriture, et l'influence des matières grasses, du sucre et du sel sur le développement de l'obésité. La plupart des plats que nous consommons sont des produits industriels de masse fabriqués selon une chaîne si longue et si complexe d'ingrédients, de fournisseurs et de traitements que nous sommes de plus en plus nombreux à nous tourner vers des solutions à échelle plus humaine. Des producteurs artisanaux et des fermiers sont capables de les approvisionner en produits issus de procédés simples et traditionnels, de bonne traçabilité, qui donnent confiance. Ainsi, comment pourriez-vous vous défier d'un pain que vous auriez fabriqué de vos mains et cuit dans votre propre four à partir des meilleurs ingrédients ? Je n'oublierai jamais ma première

visite d'une grosse boulangerie industrielle : je regardais les pâtons se constituer en présence de toutes sortes d'« améliorants » et d'additifs dont on mélangeait des quantités considérables, typiques d'une production de masse...

Ce jour-là, j'ai reçu le choc de ma vie : je n'avais jamais rien vu de tel, cela n'avait strictement rien à voir avec ce que je savais du pain.

Car, le pain, c'est tout petit que je me suis pris de passion pour lui. Mon oncle avait une grande boulangerie à Paris, ma mère avait un temps travaillé derrière un comptoir, et j'étais fasciné par la boutique de ma localité, en Bretagne.



Je m'y rendais pendant les vacances scolaires, et, perché sur la pointe des pieds, je plongeais le regard dans le fournil : je voyais des hommes en T-shirt, couverts de farine, qui sortaient le pain de fours gigantesques. Et puis, il y avait cette odeur chaude de levure, si agréable... Je me rappelle aussi que, vers mes 12 ou 13 ans, on m'a demandé en classe ce que je voudrais faire quand je serais grand. J'ai répondu « boulanger ». J'avais un ami dont l'oncle, qui possédait une boulangerie, m'avait proposé de venir travailler avec l'équipe un matin, tôt. J'ai logé la veille avec mon copain à l'étage au-dessus, mais je n'ai pas réussi à dormir tant j'étais excité. Vers minuit, j'ai rampé jusqu'au rez-de-chaussée, incapable de rester couché. Eh oui, j'ai cela dans le sang. Dès que j'ai pu, j'ai fait mon préapprentissage, passant deux semaines en cours et deux semaines, plus tous les week-ends, en boulangerie. La boulangerie est un endroit où l'on travaille dur, mais où s'opère en même temps une certaine magie. Je pense notamment à ce moment si particulier qui continue à me manquer, aux environs de quatre heures du matin, quand les fours étaient vidés et qu'il n'y avait d'autre bruit que celui de la nouvelle fournée qui « chantait »... C'est ainsi que l'on désignait le son que rendaient les miches dont la croûte se fendait en refroidissant. D'ailleurs, quand vous l'entendrez chez vous, vous saurez que vous aurez réussi une croûte de qualité.

Bien sûr, la plupart des français ne cuisent pas eux-mêmes leur pain au four, car il existe une tradition vivace consistant à aller en acheter du frais tous les jours. Et, à chaque occasion son pain : la ficelle pour le petit déjeuner, la baguette pour le déjeuner, le pain de mie pour les croque-monsieur, le pain de campagne ou au levain que l'on pose sur la table ou que l'on fait griller et qui se conserve une semaine. Ce n'est que depuis peu que l'on constate un véritable engouement pour la fabrication de son propre pain frais aux goûts et formes diverses.

À l'inverse, je savais que la boulangerie ménagère bénéficiait d'une forte tradition en Grande-Bretagne. Or, en arrivant dans le pays en 1988, j'ai été choqué de constater que bien peu de gens se souciaient de la perpétuer, non parce qu'il y avait un artisan exceptionnel à chaque coin de rue, mais parce que le produit de base était le pain de mie vendu tranché. De nos jours, on peut compter plus de 200 variétés de pain au Royaume-Uni, où il se vend par jour l'équivalent de 9 millions de grosses miches ; simplement, 80 % de cette quantité est représentée par du pain pour sandwiches vendu sous Cellophane, et le pain blanc en constitue les trois quarts. La plupart de ces pains industriels sont obtenus au moindre coût, grâce à des machines à régime très rapide permettant de réaliser une pâte en un temps record. Dans ce contexte, la qualité de



la farine n'est pas alors le critère essentiel ; il s'agit d'incorporer le maximum d'eau pour des raisons de rentabilité, et d'ajouter à la pâte de prétendus « améliorants » tels que des émulsifiants, conservateurs, matières grasses, antifongiques, enzymes. On obtient ainsi une pâte plus molle, une « amélioration » du volume du pain, et une meilleure conservation

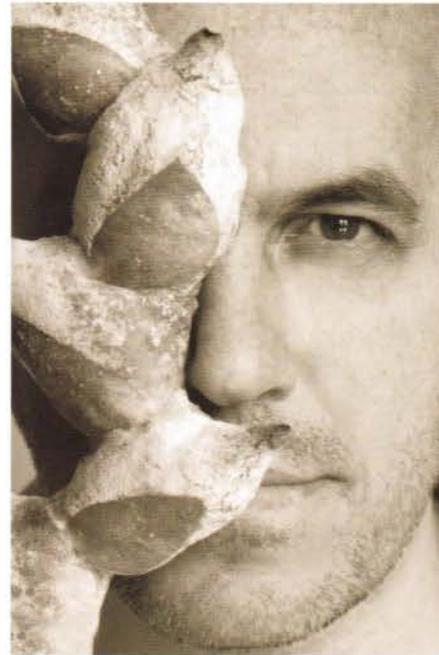
en rayon. Comme les Britanniques n'ont pas l'habitude d'acheter leur pain tous les jours, l'une de leurs premières exigences en matière de boulangerie industrielle est de disposer d'un produit pouvant se conserver jusqu'à une semaine sans se détériorer. Mais la fraîcheur au sens où je l'entends, où est-elle dans tout cela ? En revanche, si vous préparez votre pain vous-même, vous n'avez plus à vous soucier d'ingrédients suspects, vous en maîtrisez la composition. Et, pour cela, de quoi avez-vous besoin ? De farine, de levure, d'eau, de sel, et c'est tout. Quand on touche ainsi à la panification sous sa forme la plus pure et la plus naturelle, on peut poser la question aux boulangeries industrielles : pourquoi ajouter aux pains le contenu d'une panoplie de chimiste ? En cumulant leurs fabrications, les bons boulangers seraient capables de produire à grande échelle sans recours à tous ces additifs, à partir du moment où les consommateurs sont disposés à payer leur pain un peu plus cher. Et voici posées les deux racines du problème : le prix et le savoir-faire. Mais où sont donc passés les boulangers de talent ?

Ils sont en train de réapparaître, fort heureusement, car le grand public commence à réaliser que les magnifiques pains des artisans valent bien un petit surcoût. À mon arrivée en Grande-Bretagne, j'avais été très étonné de constater que, dans les restaurants, le pain était traité un peu comme un canapé à l'apéritif : on en servait avant le repas, on le retirait ensuite comme s'il était totalement dissocié des plats. Toutefois, au cours de ces dix à quinze dernières années, il s'est opéré une gigantesque révolution. Les chefs de restaurants ont pris conscience qu'un assortiment de pains offrant différents parfums, aspects et textures, proposé au client dès son arrivée, contribuait à créer une ambiance chaleureuse et à le mettre dans de bonnes dispositions pour la suite.

On retrouve cette évolution dans la cuisine domestique, et j'ai réalisé que les réticences ne tenaient qu'à la notion de la panification. Elle était perçue comme un processus long et complexe, envisageable pour des occasions spéciales, mais à exclure dans le cadre d'une pratique régulière. Dans mes cours, j'accueille des novices aussi bien que des déçus de la panification après des essais malheureux. Je n'aurais jamais imaginé que ces formations auraient autant de succès et seraient aussi gratifiantes, et je ne me lasse pas de voir ces visages s'éclairer à la première sortie de cuisson : mes stagiaires sont tout étonnés d'avoir réussi à boulanger, sans efforts, sans frustrations.

On entend souvent dire que ceux qui aiment faire leur pain ne sont pas issus du même moule que ceux qui aiment cuisiner. Pour avoir exercé les deux métiers, je peux dire que je n'ai jamais considéré la panification et la cuisine comme des activités séparées, et je n'imagine pas l'une sans l'autre. D'ailleurs, le meilleur moment pour réaliser la pâte n'est-il pas celui où une cuisine est déjà bien chauffée par les cuissons diverses ? À chaque fois que je déjeune ou dîne à l'extérieur et que je discute avec un professionnel, je me surprends à déterminer la variété qui s'associerait le mieux avec tel ou tel plat, à imaginer quelles saveurs donnerait tel ou tel ingrédient s'il venait enrichir une pâte.

À vous de jouer, maintenant. Une fois que vous aurez pris l'habitude de boulanger régulièrement, vous pourrez disposer en permanence de pains cuits partiellement, et conservés au congélateur, dont vous terminerez rapidement la cuisson au four. Vous serez alors en mesure de servir à vos amis ou à votre famille des fougasses, des bâtonnets, des petits pains... Du pain frais, VOTRE pain.



Les outils du pain



Les mains – Il doit être déconcertant d'aborder un livre de boulangerie commençant par des pages et des pages d'équipements onéreux et souvent présentés comme indispensables. La vérité est moins sophistiquée : ce sont vos mains qui constituent vos outils les plus essentiels, car tout l'art de faire du pain tient avant tout au fait de savoir « sentir » la pâte.



La pierre à pain – Dans un four traditionnel de boulanger, le pain est enfourné à l'aide d'une pelle de bois et déposé sur un sol de briques brûlantes ; de ce fait, la cuisson du pâton démarre immédiatement. Parallèlement, un système d'injection de vapeur apporte de l'humidité favorisant la formation de la croûte. Il vous est possible de recréer chez vous un environnement assez similaire en plaçant dans le four une pierre à pain sur laquelle vous glisserez directement le pâton. Personnellement, je laisse en permanence un morceau de granit qui me donne entière satisfaction : c'est une simple chute de taille que je me suis procurée à peu de frais auprès d'une entreprise de récupération. Cette pierre se met à chauffer dès que j'allume mon four le matin, et elle a atteint une température élevée au moment où je me mets à boulanger. Puis, quand je suis prêt à enfourner, je glisse tout simplement mes pâtons sur la pierre à l'aide d'une pelle de bois ou en les ayant posés sur une plaque de four plate. On peut aussi utiliser une pelle à bords, en la retournant.



Les balances – La boulangerie exige le respect de quantités très précises ; je pèse tous les ingrédients, même les liquides, avec une balance électronique qui donne une précision nettement meilleure qu'un verre gradué. Dans bon nombre de recettes, vous aurez à diviser une pâte de façon à obtenir des aliments plus petits, baguettes ou petits pains par exemple. Je vous conseille de peser chacun de ces pâtons en vous efforçant d'obtenir des pièces de poids similaire, ce qui vous permettra de tableer sur un temps de passage au four identique.



Un récipient creux – Il doit avoir une capacité suffisante pour accueillir 1 kg de pâte. Personnellement, j'utilise un plat en acier inoxydable.

Des torchons – Ils servent à tapisser les plateaux et à recouvrir la pâte pendant que vous la laissez reposer. Prévoyez-en un nombre assez limité. Rangez-les dans un tiroir spécial et, surtout, ne les lavez pas d'une fois sur l'autre. Pourquoi ? Parce qu'il faut absolument éviter de mettre la pâte au contact de linges qui sentiraient le détergent. Donc, lorsque vous avez terminé, contentez-vous de secouer ou de brosser soigneusement vos torchons avant de les laisser sécher : au fil du temps, le tissu s'imprégnera de l'odeur des levures et des autres ingrédients pour faire en quelque sorte partie intégrante de tout le processus de fabrication.



Une raclette en plastique – J'utilise si fréquemment cet accessoire que je le considère comme un prolongement de ma main. Son bord arrondi me sert à décoller la pâte du récipient de façon à pouvoir la sortir d'un bloc, sans qu'elle s'étire, et à ramasser les petits morceaux de pâte sur mon plan de travail. C'est à peu près le même genre d'objet très bon marché que vous utilisez pour gratter le givre sur votre pare-brise. À défaut de cette raclette, vous pouvez aussi utiliser les multiples cartes de fidélité au format d'une carte de paiement offertes par la grande distribution !



Une lame de rasoir – Ensermée dans un étui prolongé d'un manche, elle permet de pratiquer des entailles sur le dessus des pâtons pour augmenter la surface croustillante. Vous pouvez bien sûr vous contenter d'un petit couteau pointu mais, si vous voulez reprendre la tradition des boulangers, vous utiliserez une lame de rasoir comme un stylo, les « grignes » que vous créerez constituant en quelque sorte votre signature.

Un paneton d'osier – Si ce panier servant au levage de pâtons ronds n'a rien d'indispensable, il apporte une touche de tradition et d'élégance et peut s'utiliser ultérieurement pour présenter le pain sur la table. L'osier offre l'avantage de permettre la circulation de l'air autour du pâton et donc de laisser celui-ci respirer.



Une pelle à enfourner – Cet ustensile est particulièrement utile pour transférer les pâtons sur la pierre à pain ou la plaque de four. Si vous n'en disposez pas, déposez vos pâtons sur une plaque plate ; au cas où votre plaque serait munie d'un bord, utilisez-la retournée.

Un vaporisateur – Un modèle simple semblable à celui dont vous vous servez pour vos plantes d'intérieur ou l'humidification de votre linge fera l'affaire. On l'utilise pour projeter de l'eau à l'intérieur du four et, ainsi, obtenir une croûte satisfaisante et une bonne couleur. C'est essentiellement avec cet accessoire et la pierre à pain que l'on parvient à recréer l'atmosphère d'une boulangerie.

Un minuteur – Ne vous fiez pas à votre propre notion du temps pour savoir quand sortir le pain du four. J'utilise quant à moi trois minuteurs simultanément, pour m'éviter de rater le moment opportun si je suis distrait par les enfants ou par le téléphone.

Une brosse à soies souples – La brosse que j'utilise est un petit modèle pouvant aussi servir à balayer mon plan de travail pour écarter le restant de farine. Elle vient compléter ma raclette qui me sert à recueillir les chutes de pâte et à disposer d'une surface toujours nette. C'est seulement après avoir terminé de boulanger que je nettoie à fond le plan de travail à l'eau et à la brosse.

Les ingrédients du pain

La farine – Je vous dirai simplement d'utiliser une farine de boulangerie correspondant à la recette suivie, de la meilleure qualité possible. Vous pouvez vous procurer de la farine de boulangerie dans certains supermarchés pour les farines les plus courantes, mais vous aurez plus de choix et de qualité dans les magasins bio.

La levure – J'aurais tendance à vous conseiller de n'utiliser que de la levure fraîche, étonnamment facile d'emploi. La levure fraîche se présente en cubes enveloppés dans du papier. On la trouve chez le boulanger et dans certains supermarchés au rayon frais. Cela étant, il n'est pas inutile d'avoir en réserve un peu de levure déshydratée, que l'on trouve dans les grandes surfaces et qui se présente sous la forme de granules, pour les cas où vous vous trouveriez à manquer de levure fraîche à un moment crucial. Je ne suis pas partisan d'ajouter du sucre et de l'eau tiède pour « activer » une levure : d'une part ils sont inutiles, et d'autre part on obtient une pâte très collante lorsqu'on utilise une eau trop chaude. La méthode la meilleure est la plus simple : elle consiste à incorporer en l'émiettant avec les doigts la levure dans la farine, un peu comme pour un crumble. La levure déshydratée se manipule de façon identique à la fraîche.

L'eau – Pour réaliser toutes mes recettes, j'utilise tout simplement de l'eau du robinet à température ambiante ; c'est encore mieux quand on dispose d'un filtre à eau. Très honnêtement, je ne vois pas d'intérêt à acheter de l'eau en bouteille qui stagne depuis son conditionnement en usine. J'en bois à table mais, pour boulanger, l'eau du robinet convient parfaitement.

Le sel – Utilisez du sel de mer fin, de préférence d'origine organique. Eh oui, le pain contient du sel, et je sais que c'est l'un des griefs qu'il doit affronter à l'époque actuelle. Mais je sais aussi que, dans bon nombre de cas, ceux qui incriminent la présence de sel dans le pain sont aussi ceux qui donnent sans état d'âme des sachets de chips à leurs enfants... Que répondre à cela ? Que le père que je suis fournit volontiers sa progéniture en pain frais maison, mais se refuse à leur donner des chips et autres produits que l'industrie agroalimentaire a parfois, à notre insu, abusivement chargés en sel. Bien sûr, il existe certaines régions du monde, la Toscane par exemple, où le pain se consomme sans sel ; mais pour moi, un pain non salé est comme un steak mal condimenté. Vous pouvez certes diminuer la quantité de sel indiquée dans mes recettes, mais sachez que vous obtiendrez des pains de moindre qualité.



Les mots du pain

Chaque boulanger utilise des termes et expressions qui lui sont propres. Voici la liste de ceux qui font partie de mon univers :

Travailler la pâte – La technique de pétrissage diffère d'un pays à l'autre. En France, elle est destinée à incorporer à la pâte le maximum d'air et de vie. Je préfère quant à moi parler du travail de la pâte (voir page 24), expression plus neutre que le pétrissage qui évoque plutôt un malaxage exécuté avec fermeté.

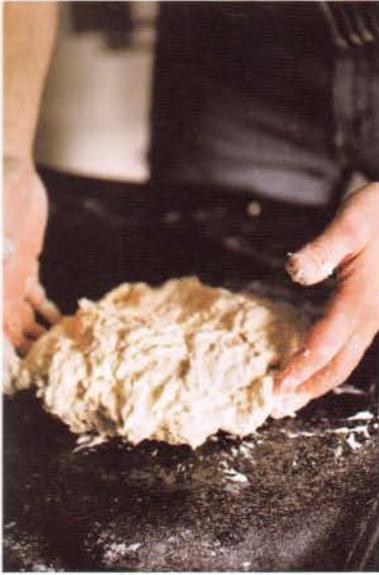
Laisser reposer la pâte – Une fois la pâte travaillée, on la laisse reposer une heure environ, protégée par un linge, dans un endroit chaud à l'abri des courants d'air. Pendant cette phase, la pâte voit son volume à peu près doubler tandis que se développent sa structure et sa saveur. Mais revenons à ce que j'entends par endroit chaud protégé des courants d'air : en fait, il s'agit de la température ambiante, que j'obtiens dans ma cuisine quand je fais chauffer mon four tôt le matin, c'est-à-dire entre 25 et 30 °C. Vous pouvez placer votre pâte dans un placard ou un four à micro-ondes, bien sûr, non allumé. En revanche, j'évite d'utiliser une armoire-séchoir ou le dessus d'un fourneau où la pâte aurait tendance à se dessécher. Si vous avez l'impression que votre pâte se déshydrate pendant cette phase de repos, éloignez-la d'une source de chaleur trop manifeste et vaporisez un peu d'eau sur le torchon la recouvrant.

Replier – Je déteste la pratique consistant, après que la pâte a reposé, à exprimer les bulles d'air en la plaquant énergiquement : elle mérite nettement plus de douceur. Je la retourne, puis je replie les coins en la tournant d'un quart de tour et en exerçant une pression sur elle de façon à obtenir une boule. C'est également par les seuls plages et pressions que je donne forme à mes pâtons.

Laisser lever la pâte – Voici venu le temps de laisser reposer la pâte après avoir façonné les pâtons que l'on veut obtenir. Au cours de cette phase, la pâte doit pratiquement doubler de volume, cette transformation demande une heure environ. Pourquoi dis-je « pratiquement doubler », donc rester en deçà de cette limite ? Parce qu'il n'est pas facile au débutant de juger si une pâte a doublé de volume et que l'on obtient de meilleurs résultats avec un levage écourté qu'après un levage trop prolongé.

Cuire au four – J'insiste beaucoup sur le fait que cette cuisson s'effectue au four, car celui-ci est associé depuis des siècles à l'activité du boulanger.

Ferment – À ce terme générique correspond le mot « levain », qui désigne un morceau de pâte que l'on a laissé fermenter pendant 4 à 6 heures et qui accentue le caractère et la saveur du pain tout en lui donnant de la légèreté.



Travailler la pâte



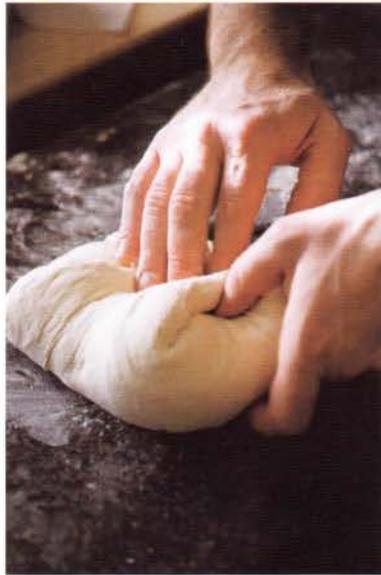
Laisser reposer



Laisser fermenter



Laisser lever



Replier



Cuire au four

La palette de couleurs – Si vous êtes en phase d'initiation à la boulangerie, la notion de brun doré ne vous évoque peut-être pas une couleur précise. Pour vous aider à mieux maîtriser la cuisson au four, voici illustrée une progression des nuances que prend la surface du pâton à mesure que se prolonge son séjour au four.

Note – Cette palette ne concerne bien sûr que les pâtes blanches, sucrées ou à l'huile d'olive. Les pâtes à base de farine de seigle ou de blé entier présentent, à durée de cuisson et température de four identiques, une coloration plus prononcée.



Pâte crue



Partiellement cuite



Cuite aux 3/4



Brun doré clair



Brun doré



Brun doré foncé



Brun foncé



Très cuit



Cuisson excessive, croûte brûlée



**Composition
type d'un
pain
industriel :**

farine de blé,
eau,
levure,
protéines de
blé,
sel,
vinaigre,
dextrose,
farine de soja,
matières
grasses
végétales,
émulsifiant
E472e (esters
mono et
diacétyl-tartrique
des mono et
diglycérides
d'acides gras),
antioxygène :
agent E300
(acide
ascorbique),
conservateur :
propionate
de calcium
(pour empêcher
la formation
de moisissure).



**Composition
d'un pain fait
maison :**

farine,
levure,
sel,
eau.



La pâte

À chaque chapitre de ce livre correspond un type spécifique de pâte permettant de réaliser de multiples préparations ; si ces pâtes comportent des ingrédients différents, elles s'obtiennent toutes en respectant la même procédure. J'ai volontairement terminé chaque chapitre, à l'exception du dernier, par une recette légèrement plus difficile : vous pourrez l'essayer après avoir acquis une pratique suffisante.

Chauffer le four

La première chose à faire consiste à préchauffer votre four à température très élevée après y avoir placé votre pierre à pain ou votre plaque (voir page 10). Idéalement, le four devrait être réglé à 250 °C (therm. 8-9), sauf pour les recettes à base de pâtes sucrées qui s'accommodent mieux d'une température de 220 °C (therm. 7-8). Commencez ce préchauffage le plus tôt possible de façon à chauffer aussi la cuisine tout entière, la pâte étant plus réactive dans une ambiance chaude.

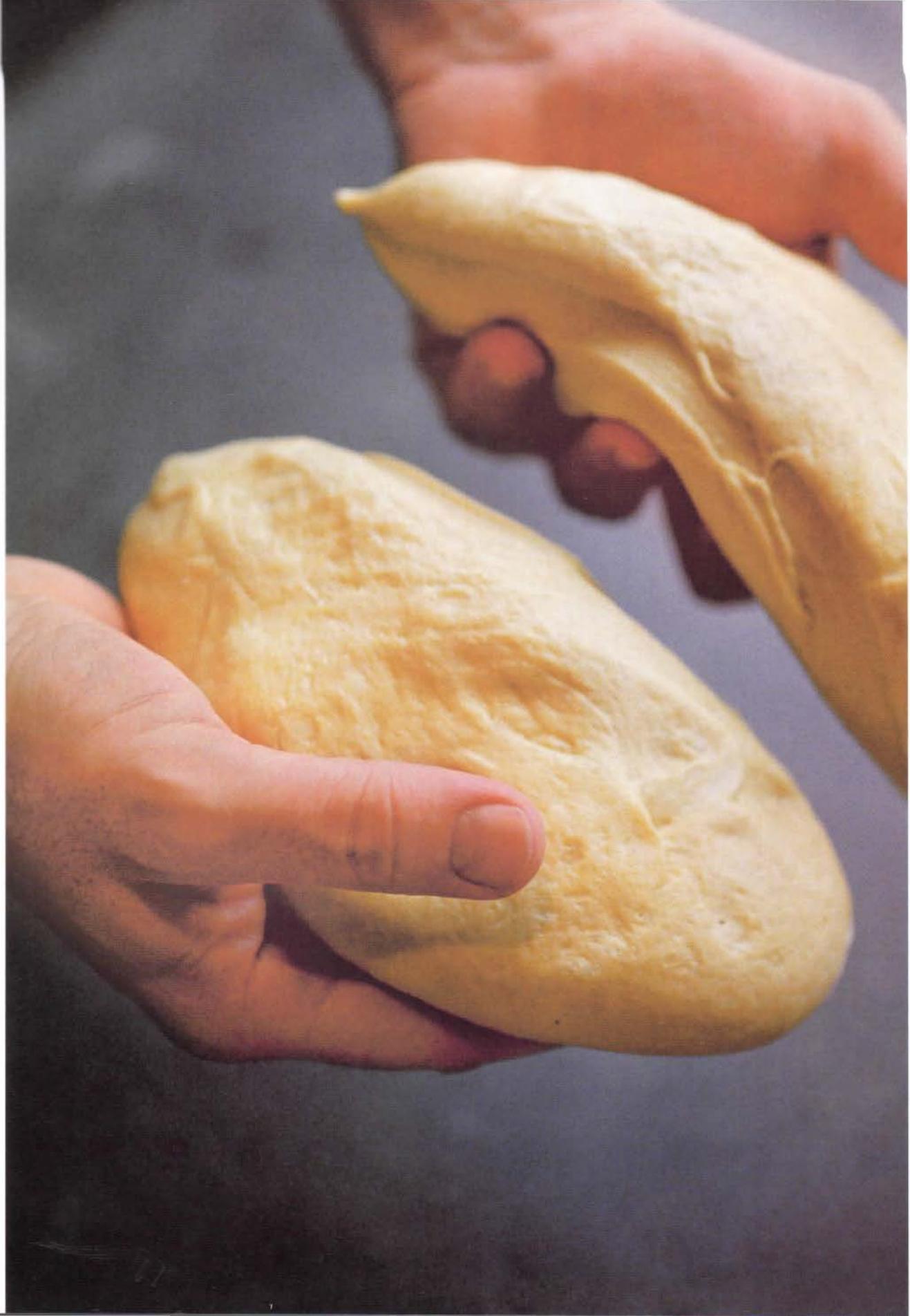
En ce qui me concerne, je pose ma pierre à pain directement dans le four, place un thermomètre de four pour obtenir une lecture précise de la température, et règle mon four de façon à atteindre environ 250 °C. Il est clair que vous devrez procéder à quelques ajustements si vous constatez par exemple que les pâtons prennent trop rapidement de la couleur. Ouvrez alors votre four pour évacuer un peu de la chaleur et retournez-les deux ou trois fois en cours de cuisson de façon à obtenir un traitement uniforme de la surface. Il en est ainsi pour chaque type cuisson : chacun acquiert un savoir-faire dans sa propre cuisine.

Peser les ingrédients

Chaque ingrédient doit faire l'objet d'une pesée très minutieuse. Je pèse l'eau que j'utilise au lieu de me fier à une mesure de capacité, la quantité ainsi obtenue étant nettement plus précise. Pour vous en convaincre, versez à plusieurs reprises 35 cl d'eau dans un verre gradué puis pesez à chaque fois la quantité de liquide que vous avez évaluée : il y a fort à parier que vous constaterez une différence entre les indications du verre gradué et celles de la balance. Si un tel écart n'influe pas en général sur la réussite d'une recette de cuisine, la boulangerie exige quant à elle une mesure très rigoureuse des ingrédients.

Congeler le pain

Tous les pains présentés dans ce livre se prêtent à la congélation, à l'exception des boules soufflées (voir page 40). Je vous recommande de leur faire préalablement subir une cuisson seulement partielle pour garder leur fraîcheur (à l'exception des pains réalisés avec une pâte sucrée). Laissez-les refroidir, enveloppez-les dans du papier sulfurisé et enfermez-les hermétiquement dans un sac spécial congélation. Au moment de vous en servir, placez-les dans le four froid et réglez celui-ci à 200 °C (therm. 6-7) ; le pain sera cuit quand la température de préchauffage sera atteinte, soit au bout de 12 à 15 minutes. Congelez exclusivement les pièces de pâte sucrée ayant subi une cuisson complète. Pour les utiliser ultérieurement, faites-les décongeler totalement à température ambiante puis, avant de les servir, réchauffez-les dans un four à feu moyen (180 °C – therm. 6).



Réaliser la pâte

- Du bout des doigts, en opérant comme pour un crumble, incorporez la levure en l'émiettant dans la farine. Ajoutez le sel, puis l'eau. Tenez le récipient d'une main et, de l'autre, brassez les ingrédients en vous aidant au besoin du bord arrondi de la raclette, jusqu'à ce que la pâte commence à se former, soit pendant environ 2 ou 3 minutes.



- À l'aide de la raclette, détachez la pâte du récipient et transférez-la sur le plan de travail. Ne farinez pas celui-ci, même si vous avez l'impression que la pâte est très molle et humide et présente un aspect un peu poisseux et épais, comme une bouillie.



Ajoutez l'eau



Mélangez les ingrédients



Décollez la pâte



Ne farinez pas la surface

J'étonne toujours mon auditoire quand j'indique de travailler la pâte sans avoir fariné le plan de travail. Pendant mes cours de panification, il m'arrive d'en prouver le bien-fondé en ajoutant un supplément d'eau à la pâte de façon à rendre celle-ci très visqueuse : personne ne croit que j'arriverai à mes fins sans ajout de farine. Pourtant, il suffit de travailler correctement la pâte en l'étirant bien et en la repliant pour y emprisonner la plus grande quantité d'air possible. Si, à ce stade, on ajoute de la farine, on peut facilement arriver à un dépassement de 100 g par rapport à la mesure préconisée ; en déséquilibrant ainsi les proportions, on agit sur la composition du pain qui sera beaucoup trop compact. À l'inverse, en se contentant d'un bon travail à la main, on obtient une pâte souple et donc un savoureux pain léger, à la mie aérée.

Travailler la pâte

- Commencez par étirer la masse pour y incorporer le plus d'air possible ; évitez surtout un pétrissage consistant à exercer de multiples pressions avec la base de la main sur une boule de pâte que vous tourneriez à chaque fois d'un quart de tour. Vous devez soulever la pâte comme avec des fourchettes¹, paumes vers le haut², et la lancer vers le fond du plan de travail ; au début, vous aurez du mal à soulever une masse aussi visqueuse³. Étirez la pâte vers vous, repliez-la en décrivant un large arc de cercle pour y emprisonner le maximum d'air⁴. Continuez à étirer la masse vers l'avant et les côtés et répétez la séquence plusieurs fois⁵. Le DVD accompagnant le livre vous aidera à mieux comprendre l'enchaînement et, une fois pris le tour de main, vos mouvements se feront plus rapides et plus fluides^{6/7}.



• Au fil du temps, la pâte va se former et prendre vie et souplesse⁸. Continuez à la manipuler jusqu'à ce qu'elle ne laisse plus de dépôt sur le plan de travail quand vous la soulevez⁹ et qu'elle présente un aspect soyeux et une consistance homogène, ferme mais tremblotante et réactive. C'est un fascinant apprentissage qui devrait vous enchanter. Une fois la technique acquise, le travail de la pâte ne devrait vous prendre que 5 minutes environ, alors qu'il en faut 10 à 15 pour un pétrissage.



7



8

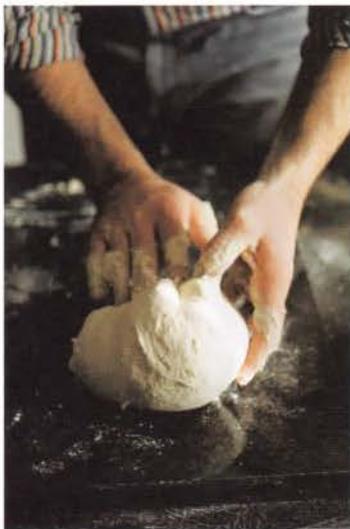


9

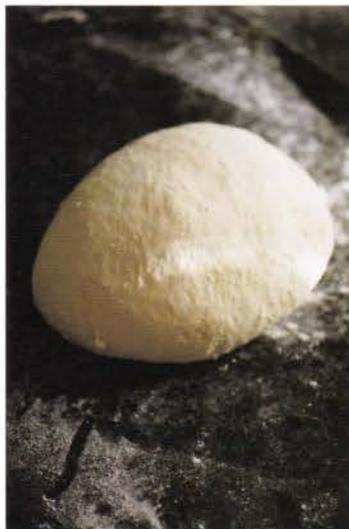
• Vous pouvez maintenant fariner légèrement le plan de travail afin de façonner la pâte en boule. Repliez les bords vers le milieu¹⁰ puis exercez sur celui-ci une bonne pression du pouce, faites pivoter la masse d'un quart de cercle¹¹ et répétez l'opération à plusieurs reprises. Retournez ensuite la pâte et rentrez les bords¹². Ce pliage se retrouve plusieurs fois dans ce livre. S'il est précisé dans une recette que la pâte doit être « bien serrée », prolongez quelque temps les opérations de pliage vers le centre de la masse.



10



11



12

Si vous utilisez un malaxeur muni d'un crochet à pâte

- Versez la farine dans le récipient du malaxeur, émiettez-y la levure. Réglez l'appareil à la vitesse la plus lente, ajoutez le sel puis l'eau et mélangez le tout pendant 2 minutes. Augmentez alors la vitesse d'un cran et continuez à mélanger la pâte pendant 6 à 7 minutes jusqu'à ce qu'elle soit homogène et élastique. Transférez-la sur un plan de travail légèrement fariné et façonnez-la en boule (voir page 25).



Laisser reposer la pâte

- Que la pâte ait été travaillée à la main ou au malaxeur, elle a ensuite besoin de reposer. Pour cela, farinez l'intérieur d'un récipient creux, mettez-y la boule de pâte, couvrez d'un linge et laissez le tout dans un endroit non exposé aux courants d'air. Cette phase de repos doit se prolonger jusqu'à ce que la pâte ait à peu près doublé de volume, ce qui demande environ 1 heure. Cette durée peut varier dans un sens ou dans l'autre, la masse réagissant diversement en fonction de la température ambiante. Une fois ce gonflement constaté, vous pouvez commencer à réaliser la recette que vous avez choisie ; toutefois, lisez celle-ci avant de laisser reposer la pâte car, dans certains cas, le temps de repos doit être écourté ou prolongé.

Note : pour certaines recettes, la pâte est enrichie d'ingrédients divers (tels que fruits, épices, etc.) avant la phase de repos. Vous avez donc intérêt à lire toutes les instructions avant de travailler la pâte ; et surtout, pour rendre hommage à celle-ci, agrémentez-la d'ingrédients de bonne qualité.

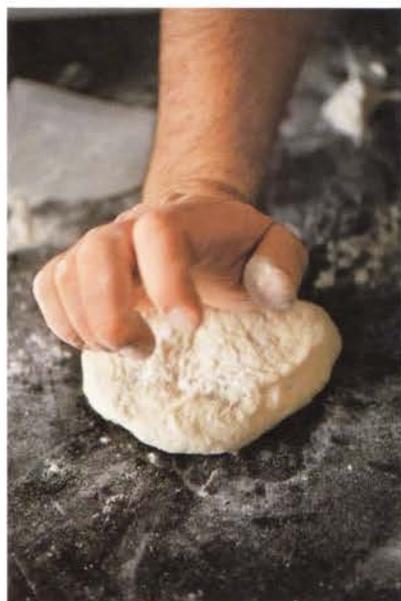
Réaliser un ferment en laissant évoluer la pâte

- Lors de votre première fournée, réservez-vous 200 g de pâte que vous conserverez au réfrigérateur, en la « rafraîchissant » de temps à autre pour lui permettre de développer sa saveur. Vous pourrez ainsi ajouter cette masse à la pâte que vous confectionnerez ultérieurement, dont vous vous réserverez 200 g, et ainsi de suite. Vous obtiendrez une pâte et donc un pain plus riche en odeur et en saveur en y incorporant un ingrédient qui a mûri. Placez ce ferment dans un récipient creux protégé par du film étirable, laissez-le 2 jours au réfrigérateur, puis ajoutez-y le même poids d'eau (200 g) et deux fois son poids en farine (400 g). Mélangez le tout jusqu'à obtention d'une pâte bien ferme et replacez la masse au réfrigérateur. S'il doit s'écouler une durée prolongée entre deux fournées, rafraîchissez-la tous les 7 à 10 jours. Pour vous éviter d'être envahi par un volume trop important de ferment, n'en conservez que 200 g à chaque rafraîchissement et jetez le reste. D'aucuns considèrent que la pâte pour ferment doit évoluer à température ambiante, mais je leur répondrai que l'on maîtrise mieux la constance des conditions de conservation dans un réfrigérateur que dans une cuisine. À mesure que vous gagnerez en expérience et boulangerez plus fréquemment, vous pourrez augmenter le volume de pâte à rafraîchir et donc préparer des fournées plus importantes. Plus cette pâte est conséquente, plus sa maturation sera lente, ce qui vous permettra d'espacer les opérations de rafraîchissement. Il m'arrive, quant à moi, de conserver jusqu'à 2 kg de cette pâte au frais.

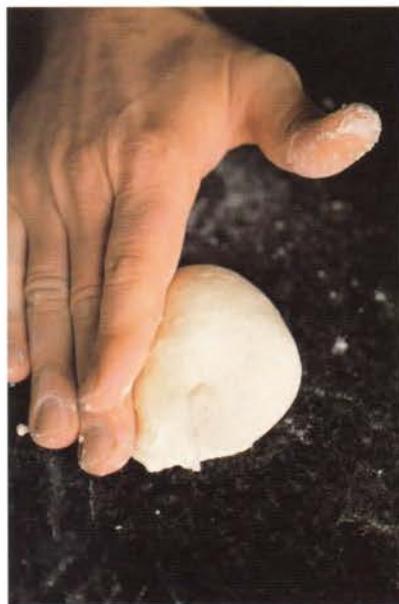
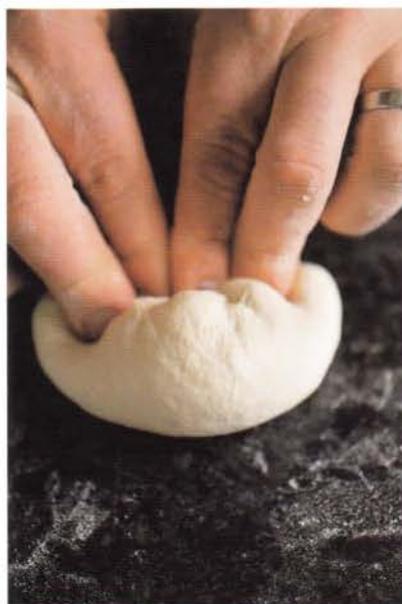


Façonner en petites boules

- Après cette phase de repos, retournez la boule de pâte sur le plan de travail et divisez-la en trois parts égales. Aplatissez chacune d'entre elles avec la base de la main pour obtenir une forme grossièrement ovale. Repliez le quart de l'ovale vers le milieu, exercez une pression avec la base de la main pour souder les deux zones, et recommencez. Pour terminer, repliez la pâte en deux dans le sens de la longueur et soudez par pression le bord le plus long. Ce moulage par pliages et pressions donne à la pâte plus de force et de « colonne vertébrale ». Retournez cette bûche de façon que la soudure se trouve sur le dessous.

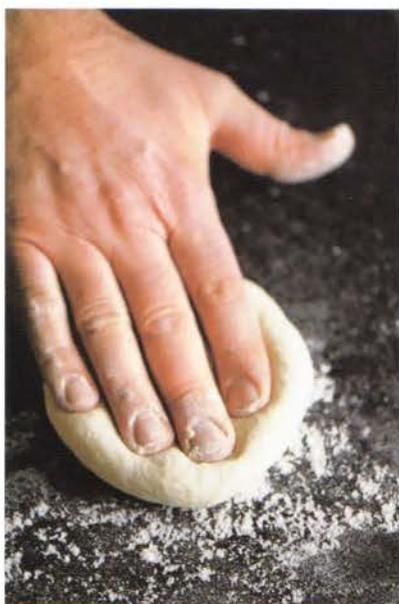


- Détaillez cette bûche en parts égales selon les instructions de la recette suivie, et façonnez chaque pièce en petite boule. Pour cela, reprenez la méthode utilisée pour façonner la pâte travaillée avant la phase de repos (voir page 25) ; repliez peu à peu toute la pâte vers le milieu, exercez une pression avec la base de la main et faites-la pivoter à chaque fois d'un quart de tour pour répéter les opérations. S'il est précisé que la pâte doit être « bien serrée », prolongez quelque temps les plis vers le milieu de la masse. Pour terminer, retournez la boule de pâte et faites-la rouler sous la paume de façon à en lisser la surface.



Façonner en longs rouleaux

- Formez une petite boule avec chaque pièce (voir page 28). Donnez-lui une forme de disque par pression des doigts, puis répétez la technique de pliage : repliez un tiers du disque vers le milieu, appuyez avec le pouce ou la base de la main pour souder les deux zones. Repliez ensuite le tiers opposé, soudez à nouveau. Repliez le tout en deux dans le sens de la longueur et soudez les deux côtés. Pour terminer, soudez les deux extrémités et roulez la pâte sous la paume en façonnant les extrémités en fuseau par une pression plus accentuée.



Façonner en miches

- La méthode est la même que pour des rouleaux, mais la pâte s'utilise entière ou au plus divisée en deux parts. Aplatissez légèrement la boule de pâte avec la base de la main. Repliez un bord vers le milieu, exercez une pression, faites de même pour le bord opposé. Repliez le tout en deux, appuyez fortement sur la masse pour souder les bords. Retournez la pâte de façon que la soudure se trouve sur le dessous, transférez-la sur une pelle en bois ou une plaque ou encore dans un moule à cake graissé, selon la recette suivie.



Éloge des petits formats

Si vous êtes novice en boulangerie, débutez plutôt par des pains de dimensions réduites : une grande miche qui s'effondre est moins facile à rattraper qu'une pièce plus petite. Commencez avec la pâte blanche, la plus élémentaire, et pourquoi pas vous lancer dans la réalisation d'une fougasse ? C'est l'un des pains les plus faciles à réussir, et sa confection remporte toujours un vif succès lors de mes séances de formation.

Pâte blanche

Blanc : innocent, non teinté



Qu'est-ce qu'une pâte blanche ? Un mélange de farine, d'eau, de sel, de levure, et c'est tout. Autrement dit, c'est la pâte la plus élémentaire et la plus fondamentale que vous puissiez confectionner. Et pourtant, à partir de ces quatre ingrédients de base, que de possibilités et de variantes, que de plaisir en perspective... Cette pâte donne tant de satisfaction qu'au fil du temps elle exerce une irrésistible attirance : d'ailleurs, même mon fils est enthousiasmé à l'idée d'en faire du pain avec son papa...

10 g de levure (fraîche dans la mesure du possible)

500 g de farine ordinaire à pain (type 55)

10 g de sel

350 g d'eau (soit 35 cl – vous pouvez utiliser un verre gradué, mais une pesée donne une mesure plus précise ; voir page 20)

Commencez par préchauffer le four à 250 °C (therm. 8-9). Émiettez la levure dans la farine comme pour un crumble. Ajoutez le sel et l'eau puis, en tenant le récipient d'une main, mélangez de l'autre les ingrédients jusqu'à ce que la pâte commence à se former ; aidez-vous du bord arrondi de la raclette. Confectionnez la pâte en suivant la méthode exposée pages 22 et 23, mais en y incorporant d'autres ingrédients si la recette l'indique. Voici illustrées les quatre phases essentielles du travail de la pâte (voir pages 24 et 25).



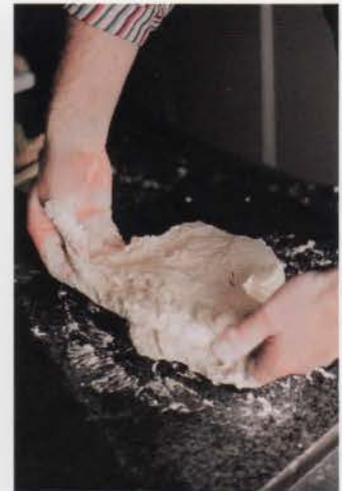
1. Glissez les doigts des deux mains sous la masse, paumes vers le haut.



2. Soulevez la masse puis lancez-la contre le plan de travail.



3. Étirez la masse pour la ramener vers vous.



4. Repliez la masse sur elle-même pour y emprisonner de l'air.

baguette



petit pain
au safran



pain de n



bâtonnets
aux graines
de sésame
et badiane



fougasse



bouchée
fourrée



épi



petit pain
au citron



petit pain
à étages



miche au
gruyère et
au cumin



petit pain
épices
du Maroc



boule
soufflée



en façon
caucaire



fougasse

La recette de la fougasse est l'une des premières que je propose lors de mes sessions de formation : il faut bien dire que, aussi simple soit-il à confectionner, c'est un pain qui fait beaucoup d'effet en raison de son élégance. Il présente une agréable diversité de consistances, avec une croûte croquante et une mie bien moelleuse. Et, lorsqu'ils défourment leur première fougasse, mes stagiaires ont tous ce même regard mêlé de fierté et d'étonnement en découvrant ce qu'ils ont réussi à faire.

La fougasse telle que nous la connaissons aujourd'hui résulte en fait de la réactivation d'un procédé vieux de plusieurs millénaires. En effet, il s'agissait à l'origine d'un pain plat apparenté à la focaccia italienne, les deux termes ayant d'ailleurs la même origine latine, *focus* signifiant « foyer » : à l'époque romaine, les pains, qui ressemblaient à nos crêpes actuelles, se cuisaient dans l'âtre sous la cendre.

Je saupoudre mes fougasses de farine de maïs, ce qui fait ressortir la belle couleur dorée de la croûte et donne l'impression que les pains ont été cuits dans un four à bois. La fougasse se prête à de multiples déclinaisons, et vous pourrez à votre convenance en réaliser avec de la pâte blanche, de la pâte de seigle ou de la pâte brune.

| | | |
|--------------------------|-----------------|--|
| Quantité : | 6 fougasses | 1 pâton de pâte blanche (voir page 33) ayant reposé |
| Préparation : | 20 minutes | 1 heure |
| Repos : | 1 heure | 200 g de farine blanche ou de farine de maïs |
| Cuisson au four : | 10 à 12 minutes | pour le saupoudrage |





Réalisation

- Farinez bien le plan de travail. À l'aide du bord arrondi de la raclette, sortez toute la masse de pâte du récipient et transférez-la en une seule fois sur le plan de travail sans l'étirer. Veillez, en la manipulant, à ne pas chasser l'air qu'elle contient ; étalez-la de façon qu'elle forme un carré, et farinez généreusement la surface.

- En vous servant du côté plan de la raclette, détaillez la pâte en deux rectangles, puis divisez chacun de ceux-ci en trois nouveaux rectangles. Ici encore, procédez avec délicatesse pour que la pâte conserve toute la légèreté que lui confèrent les bulles d'air. Rajoutez au besoin de la farine sur la surface des pièces de pâte, ou pâtons.



- Prenez un de ces pâtons et, toujours avec le côté plan de la raclette, pratiquez sur la hauteur du rectangle une entaille médiane n'allant pas jusqu'aux bords. Réalisez ensuite, de part et d'autre de cette incision centrale, trois entailles plus petites en diagonale. Glissez les doigts dans les fentes et agrandissez celles-ci en formant de véritables ouvertures dans la pâte. N'hésitez pas à bien séparer les parties du pâton : il arrive que certains de mes élèves cherchent à réaliser des motifs compliqués comportant de nombreuses entailles de petites dimensions qui, à la cuisson, vont se refermer. Il est donc nettement préférable de pratiquer un nombre limité d'incisions, mais de les écarter franchement pour obtenir des ouvertures bien marquées. Réalisez tous les pâtons comme indiqué ci-dessus, transférez-les sur une pelle de bois ou une plaque plate légèrement farinée et déposez-les sur une pierre ou une plaque dans le four préalablement préchauffé. Agissez aussi rapidement que possible pour éviter une déperdition de chaleur. Juste avant de refermer la porte, vaporisez de l'eau à l'intérieur du four. Réduisez la chaleur à 230 °C (therm. 7-8), faites cuire les pâtons pendant 10 à 12 minutes jusqu'à ce qu'ils soient brun doré.



Variantes : après que la pâte a été travaillée à la main ou traitée au malaxeur, juste avant de la laisser reposer, vous pouvez l'enrichir : par exemple avec des olives entières de bonne qualité, que vous aurez dénoyautées et coupées en deux, ou encore avec des piments rôtis, des oignons rôtis, ou plus simplement des feuilles de romarin ou de thym piquées avant cuisson dans la pâte.

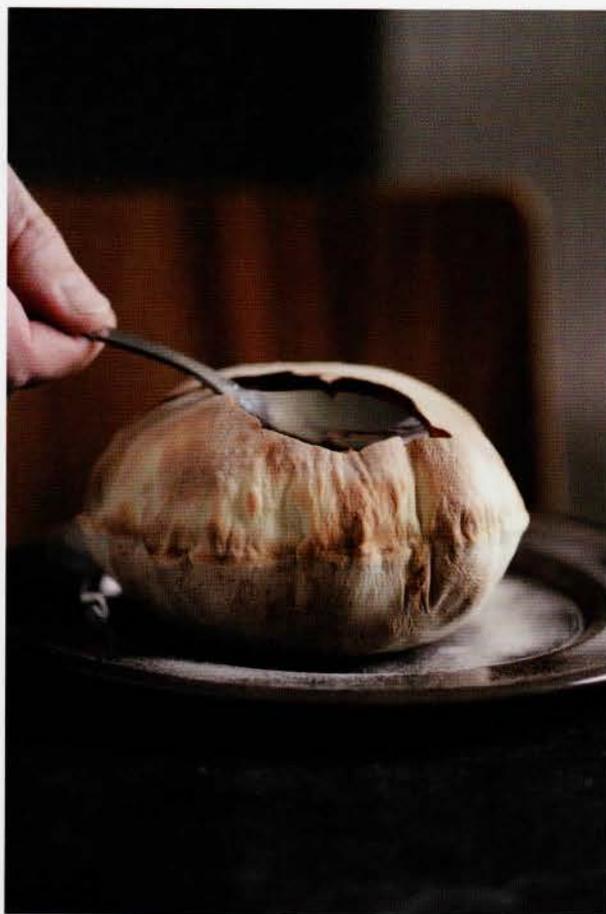
Cuisson partielle pour congélation : faites cuire les fougasses aux trois quarts pendant 6 ou 7 minutes, sortez du four et laissez refroidir. Enveloppez alors les fougasses dans des sachets spéciaux et placez-les au congélateur. Au moment de les utiliser, enfournez-les non décongelées pendant 12 minutes dans un four à 180-200 °C (therm. 6-7).



Boules soufflées

S'écartant un peu du classique service d'une salade agrémentée de croûtons, ces pains en forme de boules très minces et croquantes jouent le rôle de contenants qui pourront accueillir, par exemple, des feuilles et fines herbes, avec quelques lamelles de truffe pour sophistication l'ensemble. Ces boules s'ouvrent lorsqu'on en brise le dessus, un peu comme on fait un « chapeau » à un œuf à la coque, et le jaillissement de la salade libérée est toujours un grand moment de surprise.

La garniture contenue dans ces boules soufflées ne doit pas comporter de sauce, ce qui détremperait le pain : présentez l'assaisonnement à part pour qu'il soit versé juste avant la dégustation. La recette proposée permet de réaliser 20 boules de belle taille, mais il y a de fortes chances que vous en cassiez les premières fois où vous en préparerez. Dans ce cas, utilisez les débris comme des chips, pour prélever par exemple des sauces épaisses servies en apéritif, comme le guacamole. Lorsque vous serez plus habile, vous pourrez réaliser des bouchées individuelles ou obtenir d'autres formes, des oreillers par exemple.





| | | |
|--------------------------|--|---|
| Quantité : | 20 boules, ou 10 boules plus des « chips de pain » | 1 pâton de pâte blanche (voir page 33) ayant reposé 20 minutes |
| Préparation : | 20 minutes | Farine blanche ordinaire pour le plan de travail |
| Repos : | 25 minutes | Salade de votre choix |
| Cuisson au four : | 3 ou 4 minutes par fournée | |

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur le plan de travail ; divisez-la en pièces de poids identique (environ 40 g) avec le bord plan de la raclette.
- Façonnez chaque pièce en petite boule (voir page 28), couvrez d'un linge et laissez reposer encore 5 minutes.
- Assurez-vous qu'il n'existe pas, sur le plan de travail ou le rouleau à pâtisserie, de petits morceaux de pâte séchée qui, s'ils s'incorporaient, empêcheraient la pâte de gonfler. Saupoudrez le plan de travail d'un peu de farine que, pour la même raison, vous aurez préalablement passée au tamis.
- Avec le rouleau, aplatissez chaque boule de façon à obtenir un disque, puis étalez-la en la retournant à plusieurs reprises et en farinant les faces à chaque fois. Continuez ainsi à étendre la pâte jusqu'à ce qu'elle soit très mince (1 à 2 mm d'épaisseur).
- Selon les dimensions de votre four, il vous faudra cuire les boules deux par deux ou l'une après l'autre. Disposez chaque fournée sur une pelle en bois ou une plaque plate, et utilisez ce support pour glisser les pâtons dans le four préalablement préchauffé, sur la pierre à pain ou la plaque de four retournée. Faites cuire seulement 3 ou 4 minutes, les boules gonflant très rapidement ; elles sont prêtes quand elles sont totalement soufflées, que leur surface est brun doré et qu'elles sonnent creux quand on les tapote très doucement.
- Sortez délicatement les boules soufflées du four, laissez-les refroidir sur une grille. Ce n'est que 3 ou 4 heures après cuisson qu'elles sont le plus savoureuses, mais elles peuvent se conserver deux ou trois jours dans un récipient hermétique en fer-blanc (et surtout pas dans un sac en plastique, où elles ramolliraient).

Service

Juste avant de servir, ramollissez sur le dessous des boules une petite zone circulaire avec de l'eau badigeonnée au pinceau, puis, à l'aide d'un petit couteau pointu, découpez ce cercle de croûte malléable et écartez-le. Utilisez cette ouverture pour bourrer les boules de salade, et retournez celles-ci sur les assiettes de service. En ouvrant sa boule avec une cuillère ou une fourchette, chacun verra surgir sa salade.

Note : au lieu de préparer la totalité des boules pour l'enfourmage, vous pouvez réaliser une boule à la fois, de sa phase de repos jusqu'à la cuisson.



Bouchées fourrées

Ces petits canapés sortant de l'ordinaire se réalisent très facilement à partir de pièces de pâte façonnées en petites boules très serrées. Ils sont fourrés de diverses farces qui, après la phase de levage, se trouveront couronnées par la pâte.

| | | |
|--------------------------|---------------------|--|
| Quantité : | Environ 30 bouchées | 1 pâton de pâte blanche (voir page 33) ayant reposé |
| Préparation : | 20 minutes | 1 heure |
| Repos : | 2 heure 15 | Huile d'olive pour le graissage |
| Levage : | 45 minutes | Huile d'olive vierge extra pour la finition |
| Cuisson au four : | 8 à 10 minutes | |

Assortiment d'au moins deux de ces farces :

- Pesto (voir page 72)
- Pâte de tomate (voir page 76), ou un mélange de purée de tomate et de fines herbes ciselées
- Pâte d'olives (voir page 122)
- Fromage fort à pâte cuite détaillé en dés de 1 cm
- Cerneaux de noix
- Olives entières de qualité, dénoyautées

Réalisation

• À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la boule de pâte et, avec le bord plan, divisez-la en cinq parts de 170 g. Façonnez chaque pièce en bûche, divisez chaque bûche en deux puis chaque moitié en trois de façon à obtenir 30 pièces au total. Moulez chaque pièce en boule serrée bien lisse (voir page 28). Placez ces boules sur une plaque de four plate légèrement graissée d'huile, suffisamment espacées en prévision du levage, et laissez reposer 15 minutes. Puis, avec l'index ou le manche d'une cuillère en bois, pratiquez dans chaque boule une cavité verticale et fourrez le pâton à ras bord avec la farce de votre choix. Laissez lever le tout recouvert d'un linge pendant 45 minutes.

• Glissez la plaque dans le four préchauffé à 250 °C (therm. 8-9), vaporisez de l'eau à l'intérieur, refermez la porte. Réduisez la chaleur à 220 °C (therm. 7-8) et faites cuire pendant 8 à 10 minutes jusqu'à ce que les bouchées soient brun doré clair. Sortez-les du four et laissez-les refroidir un peu pour qu'elles soient à bonne température pour la consommation. Passez un peu d'huile d'olive sur le dessus pour une finition plus luisante.

Cuisson partielle à l'avance : faites cuire les bouchées pendant 4 minutes, laissez refroidir et conservez-les au réfrigérateur dans un sac en plastique. Au moment de les utiliser, continuez la cuisson quelques minutes au four (toujours à 220 °C – therm. 7-8) jusqu'à ce qu'elles aient pris une belle couleur.



Petits pains à étages

Ces petits pains sont très faciles à réaliser, puisqu'il n'y a pas de moulage à effectuer. Il suffit d'étaler la pâte, de la découper en disques avec un cutter, et de faire cuire au four ces disques superposés par groupes de quatre. À partir de ce principe tout simple, vous pourrez vous lancer dans des variantes, par exemple en alternant deux types de pâte, ou une pâte nature et une autre enrichie d'épices du Maroc (voir page 53) ou de safran (voir page 63).

| | | |
|--------------------------|----------------------|--|
| Quantité : | 10 à 12 petits pains | 1 pâton de pâte blanche (voir page 33) ayant reposé |
| Préparation : | 20 minutes | 1 heure |
| Repos : | 1 heure | Farine pour le plan de travail |
| Levage : | 45 minutes | |
| Cuisson au four : | 10 à 12 minutes | |

Réalisation

- Farinez uniformément le plan de travail, retournez dessus la masse de pâte en vous aidant du bord arrondi de la raclette. Aplatissez légèrement la pâte avec les mains, puis étalez-la au rouleau jusqu'à ce qu'elle ait une épaisseur d'environ 5 mm.
- À l'aide d'un cutter, découpez dans la pâte des pièces rondes (ou carrées). Passez au pinceau un peu d'eau sur chaque face et empilez les pièces quatre par quatre.
- Posez les pâtons sur une plaque de four plate ou une plaque à bords retournée, et laissez lever 45 minutes.
- Transférez la plaque dans le four que vous aurez préalablement préchauffé à 250 °C (therm. 8-9); juste avant d'en fermer la porte, vaporisez de l'eau dans l'intérieur du four. Réduisez la chaleur à 230 °C (therm. 7-8), faites cuire les pâtons de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que la croûte soit brun doré foncé. Laissez-les ensuite refroidir sur une grille.

Petits pains au citron

Le goût du citron se marie bien avec le pain, la consistance du zeste apportant de surcroît une présence plus marquée en bouche. J'apprécie beaucoup ces petits pains en été, pour accompagner une salade, ou encore fourrés avec du saumon fumé. Il est possible également de réaliser des pains nature, sans enrichissement au citron.

| | | |
|--------------------------|----------------------|---|
| Quantité : | 9 ou 10 petits pains | 1 pâton de pâte blanche (voir page 33) |
| Préparation : | 20 minutes | 2 zestes de gros citrons non traités |
| Repos : | 1 heure 5 | Farine pour le plan de travail |
| Levage : | 1 heure | |
| Cuisson au four : | 9 ou 10 minutes | |

Préparation

Ajoutez le zeste des citrons à la fin du travail de la pâte, que celui-ci ait été réalisé à la main ou au malaxeur, puis continuez à travailler la pâte pour bien répartir le zeste. Façonnez la pâte en boule (voir page 25), laissez reposer 1 heure dans un récipient creux légèrement fariné.

Réalisation

- En vous aidant du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur le plan de travail que vous aurez préalablement fariné légèrement. Découpez la pâte en 9 ou 10 parts égales, façonnez chaque pièce en boule (voir page 28) et laissez reposer encore 5 minutes sous un torchon. Moulez alors les boules en rouleaux (voir page 30). Placez un linge légèrement fariné sur un plateau, disposez-y les rouleaux parallèlement au petit côté, deux par deux, soudure sur le dessous, et séparez chaque paire de sa voisine en pratiquant un pli dans le linge. Recouvrez les pâtons d'un autre torchon, laissez lever environ 1 heure dans un endroit chaud non exposé aux courants d'air, jusqu'à ce que les pièces aient pratiquement doublé de volume.
- Placez les petits pains sur une pelle en bois ou une plaque plate. À l'aide de la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau très pointu, pratiquez sur le dessus des pâtons des entailles suggérant des feuilles : une grande entaille verticale et trois plus petites de chaque côté de cette nervure. Transférez les pâtons dans le four que vous aurez préalablement préchauffé à 250 °C (therm. 8-9), sur la pierre à pain ou la plaque à bords retournée bien chaude. Vaporisez de l'eau à l'intérieur du four, réduisez la chaleur à 230 °C (therm. 7-8), et faites cuire les petits pains 9 ou 10 minutes jusqu'à ce que la croûte soit brun doré.

Cuisson partielle pour congélation : faites cuire les petits pains pendant 5 ou 6 minutes dans un four préchauffé à 220 °C (therm. 7-8), laissez-les refroidir complètement avant de les mettre au congélateur. Au moment de les utiliser, enfournez-les encore congelés de 8 à 10 minutes dans un four préchauffé à 210 °C (therm. 7), jusqu'à ce qu'ils soient brun doré.

Bâtonnets aux graines de sésame et badiane

Ces bâtonnets me rappellent un bon pastis partagé entre amis et sont parfaits à l'apéritif. Cette recette ne mobilisant que la moitié d'une boule de pâte blanche, j'en profite pour utiliser le reste à préparer des bâtonnets aux olives, au pecorino et aux herbes (voir page 48). Par rapport aux gressins d'Italie, mes amuse-bouches sont plus denses et offrent une texture plus proche de celle du pain.

| | | |
|--------------------------|-------------------|--|
| Quantité : | 10 à 12 bâtonnets | 1/2 pâton de pâte blanche (voir page 33) ayant reposé 1 heure |
| Préparation : | 20 minutes | 5 anis étoilés (badiane) ou 5 g de poudre de badiane |
| Repos : | 1 heure | 50 g de graines de sésame |
| Levage : | 20 minutes | Farine blanche ordinaire pour le plan de travail |
| Cuisson au four : | 8 à 10 minutes | |

Préparation

Broyez la badiane au pilon, passez la poudre dans un tamis à mailles fines et mélangez-la avec les graines de sésame.

Réalisation

À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur le plan de travail légèrement fariné et aplatissez-la à la main de façon à obtenir un rectangle d'environ 15 x 30 cm pour 1 cm d'épaisseur. Saupoudrez d'un peu du mélange à base de sésame, faites-le rentrer dans la pâte par pression de la paume. Repliez dans le sens de la hauteur le tiers du rectangle vers le milieu, appuyez sur le bord, répandez encore un peu d'aromates. Repliez ensuite le côté opposé, comme si vous pliez en trois une feuille au format A4, et appuyez sur le bord. Saupoudrez encore avec les aromates, faites-les rentrer par pression. Puis, en vous servant du bord plan de la raclette, découpez dans le sens de la largeur 10 à 12 bâtonnets d'environ 1 cm de large. Tordez légèrement chaque bâtonnet et roulez-le sous la paume pour l'allonger à la largeur de la plaque de four et y solidariser le restant d'aromates. Disposez les bâtonnets sur la plaque en les espaçant bien, couvrez d'un linge et laissez-les lever 20 minutes. Mettez la plaque dans le four préalablement préchauffé, vaporisez de l'eau, faites cuire de 8 à 10 minutes jusqu'à ce que les bâtonnets soient brun doré.





Bâtonnets aux olives, pecorino et herbes

Ces bâtonnets évoquent irrésistiblement la Méditerranée et sont parfaits pour un déjeuner ou un barbecue où ils peuvent se tremper dans un verre d'huile d'olive. Il m'arrive d'acheter un bouquet d'herbes de Provence comportant de la lavande, mais je laisse cette suggestion au goût de chacun... J'utilise des olives noires de Calamata, au vinaigre de vin, originaires de Grèce. Si vous optez pour d'autres olives, privilégiez résolument la qualité : méfiez-vous notamment des fruits trop brillants vendus bon marché, qui sont en fait des olives vertes poussées à l'oxygène pour qu'elles noircissent plus vite.

| | | |
|--------------------------|-------------------|--|
| Quantité : | 10 à 12 bâtonnets | 1/2 pâton de pâte blanche (voir page 33) ayant reposé 1 heure |
| Préparation : | 20 minutes | 100 olives noires entières |
| Repos : | 1 heure | 50 g de pecorino râpé (ou parmesan) |
| Levage : | 30 minutes | 5 g d'herbes de Provence de qualité |
| Cuisson au four : | 10 à 12 minutes | Farine de maïs pour le plan de travail |

Préparation

Dénoyautez les olives, coupez-les en trois et mélangez-les dans un récipient creux avec le fromage et les herbes.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur le plan de travail légèrement saupoudré de farine de maïs. Aplatissez-la à la main pour obtenir un rectangle d'environ 2 cm d'épaisseur. Répartissez dessus le mélange préparé dans le récipient creux, enfoncez-le dans la pâte du bout des doigts. Repliez dans le sens de la hauteur le tiers du rectangle vers le milieu, exercez une pression sur le bord, puis repliez le côté opposé, comme si vous pliez une feuille au format A4 pour la glisser dans une enveloppe. Avec les paumes, appuyez sur la pâte pour bien y faire entrer les olives. Puis, en vous servant du bord plan de la raclette, découpez dans le sens de la largeur 10 à 12 bâtonnets d'environ 1 cm de large. Farinez le plan de travail avec de la farine de maïs, tordez légèrement chaque bâtonnet et roulez-le sous la paume pour l'allonger à la largeur de la plaque de four. Si cette dernière ne possède pas un revêtement antiadhésif, tapissez-la de papier sulfurisé pour empêcher le fromage de coller à la cuisson. Disposez les bâtonnets sur cette plaque en les espaçant bien, couvrez d'un linge et laissez-les lever 30 minutes. Transférez la plaque dans le four préalablement préchauffé à 250 °C (therm. 8-9), et faites cuire de 10 à 12 minutes jusqu'à ce que les bâtonnets soient brun doré. Sortez-les du four, soulevez-les de la plaque avec une spatule ou une palette et laissez-les refroidir sur une grille.





Petits pains aux épices du Maroc

Un jour, après avoir acheté le traditionnel mélange d'épices appelé « ras-al-hanout », j'ai fait l'expérience d'en incorporer un peu dans ma pâte à pain. J'ai constaté que l'association était une réussite et que la cannelle, la noix de muscade, le curcuma, la cardamome, le poivre noir ou le clou de girofle jouaient parfaitement leur partition. Pour moi, le Maroc est indissociable de ces magnifiques poufs de cuir posés à même le sol ; j'en ai donc donné la forme à ces petits pains qui seront parfaits pour accompagner un tagine ou un plat comportant des épices du Maghreb.

| | | |
|--------------------------|-----------------|---|
| Quantité : | 20 petits pains | 1 pâton de pâte blanche (voir page 33) |
| Préparation : | 20 minutes | 25 g de mélange d'épices du Maroc (ras-al-hanout) |
| Repos : | 45 minutes | 100 g de graines de sésame |
| Levage : | 30 à 45 minutes | Farine pour le plan de travail |
| Cuisson au four : | 10 à 12 minutes | |

Préparation

Juste avant de terminer le travail de la pâte à la main ou de la sortir du malaxeur, ajoutez les épices et prolongez le traitement pour bien les répartir dans la pâte. Façonnez ensuite celle-ci en boule (voir page 25), couvrez d'un linge et laissez reposer 45 minutes.

Réalisation

- Retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné, aplatissez-la un peu avec la base de la main.
- Divisez la pâte en deux, et moulez chaque moitié en bûche, en suivant la technique de pliage exposée page 28. Découpez chaque bûche en dix pièces de dimensions identiques. Pour chaque pièce, passez de l'eau au pinceau sur une face tranchée, et trempez celle-ci dans le récipient creux contenant les graines de sésame.
- Couvrez d'un linge et laissez lever de 30 à 45 minutes, jusqu'à ce que les pâtons aient pratiquement doublé de volume.
- Vaporisez de l'eau à l'intérieur du four préalablement préchauffé, glissez les pâtons sur la pierre à pain ou la plaque retournée. Faites cuire de 10 à 12 minutes jusqu'à ce que les pains aient pris une coloration brun doré clair. Sortez-les du four et laissez-les refroidir sur une grille.

Baguettes

Le terme de « baguette » répond à des normes strictement réglementées : elle doit peser 250 g et présenter sur le dessus sept entailles alors que ce que l'on appelle un pain n'en comporte que cinq. Ces entailles, les « grignes », permettent d'obtenir une croûte plus importante et plus croustillante. La grigne constitue en quelque sorte la signature d'un boulanger, car chacun a sa propre façon d'entailler les pâtons. Mais vous n'êtes pas tenu d'observer ces règles : commencez par réussir des baguettes de petites dimensions, en les moulant le plus serré possible et en vaporisant de l'eau dans le four chaud ; c'est grâce à ces gestes que vous obtiendrez la délicieuse croûte si caractéristique. Sur le plan de la cuisson, les goûts divergent. Personnellement, j'aime que la croûte soit brun doré foncé car je la trouve insipide quand elle est trop pâle. Quant à la mie, c'est en faisant reposer la pâte pendant au moins une heure qu'elle sera bien légère et aérée dans toutes ses alvéoles.

À chaque fois que vous confectionnez des baguettes, pensez à vous réserver un peu de pâte (voir page 26) que vous ajouterez à la préparation suivante de façon à en renforcer la saveur.



| | | |
|--------------------------|-----------------------------------|--|
| Quantité : | 4 grandes baguettes, ou 8 petites | 1 pâton de pâte blanche (voir page 33) ayant reposé 1 heure |
| Préparation : | 20 minutes | Farine ordinaire pour le plan de travail |
| Repos : | 1 heure 05 | |
| Levage : | 45 à 60 minutes | |
| Cuisson au four : | 10 à 12 minutes | |

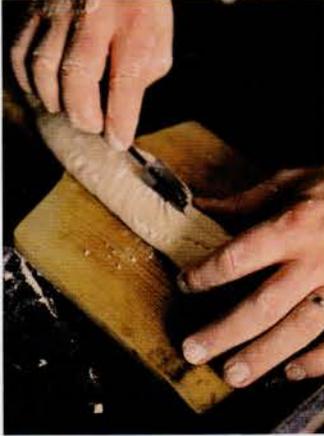


Préparation

Tapissez une plaque de four avec un linge légèrement fariné.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail fariné puis, avec le bord plan, découpez-la en quatre pièces d'environ 215 g (grandes baguettes) ou huit pièces d'environ 110 g (petites baguettes). Façonnez chaque pièce en boule (voir page 28), laissez encore reposer 5 minutes.
- Farinez légèrement le plan de travail une nouvelle fois, puis moulez les baguettes. Pour cela, prenez une boule de pâte, retournez-la et aplatissez-la avec la base de la main de façon à obtenir une forme grossièrement ovale. Repliez un côté de cet ovale sur le milieu et, avec le pouce ou la base de la main, exercez une pression sur le bord rabattu de façon à souder les deux zones. Repliez l'autre côté sur le milieu, soudez à nouveau. C'est par ces opérations de pliage et de soudure que l'on donne de la résistance à toute la baguette. Pour terminer, repliez la pâte en deux dans le sens de la longueur et soudez les bords par pression de façon à obtenir une forme de boudin. Roulez-la sous la paume pour arrondir le pâton et l'amener à la longueur du linge tapissant la plaque. Procédez de même pour les autres boules de pâte.
- Disposez les pâtons sur le torchon, dans le sens de la longueur, en les isolant de chaque côté par un pli pratiqué dans le linge pour éviter tout contact au levage. Couvrez d'un torchon et laissez lever jusqu'à ce que les pâtons aient presque doublé de volume, soit pendant 45 à 60 minutes.



- Transférez les pâtons sur un support très légèrement fariné, pelle en bois ou plaque. Avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez sur chacun 5 ou 6 entailles en diagonale. Procédez rapidement et nettement, en veillant à ne pas endommager l'intérieur de la pâte.



- Juste avant d'enfourner les pâtons, vaporisez de l'eau à l'intérieur du four, puis introduisez-les et, au moment de refermer la porte, projetez à nouveau de l'eau. Vous obtiendrez un meilleur croustillant si vous cuisez vos baguettes dans un environnement humidifié. Faites cuire pendant 10 à 12 minutes jusqu'à ce que la croûte ait pris une belle coloration brun doré. Notez bien ce point important : n'ouvrez surtout pas la porte du four pendant les 4 ou 5 premières minutes de cuisson, car alors vous feriez chuter la température nécessaire à la formation de la croûte.



Variante : baguettes à épis

Ce type de baguette offre plus de croustillant, la présence de nombreux épis augmentant nettement la surface exposée à la chaleur du four.

Suivez la recette de la baguette classique mais, une fois les pâtons sur une pelle ou une plaque légèrement farinée, façonnez les épis. Pour cela, taillez dans la pâte jusqu'aux deux tiers de l'épaisseur avec une paire de ciseaux orientés à 45°, en commençant par une extrémité et en progressant par alternance sur les deux côtés du pâton. Vous allez ainsi créer des entailles en V que vous écarterez ensuite du tronc pour évoquer l'aspect d'épis de blé. Faites cuire de 10 à 12 minutes à l'intérieur d'un four humidifié comme il est indiqué plus haut.

Miche au gruyère et au cumin

Figurant parmi mes aromates préférés, le cumin offre une saveur chaude qui se marie bien avec le gruyère. J'utilise volontiers ce pain au lieu du traditionnel pain de mie (voir page 64) pour préparer des croque-monsieur.

| | | |
|--------------------------|----------------------|---|
| Quantité : | 3 miches | 1 pâton de pâte blanche (voir page 33) ayant reposé 1 heure |
| Préparation : | 20 minutes | 2 g de graines de cumin (1/2 cuillerée à café) |
| Repos : | 1 heure 30 | 2 g de poudre de cumin (1/2 cuillerée à café) |
| Levage : | 1 heure à 1 heure 30 | 250 g de gruyère grossièrement râpé |
| Cuisson au four : | 15 à 20 minutes | Farine pour le plan de travail Beurre pour le graissage |

Préparation

Graissez au beurre trois moules à cake de 500 g (20 à 22 cm de long), chemisez-les avec du papier sulfurisé.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et, avec la base de la main, aplatissez-la jusqu'à obtention d'un rectangle d'environ 1 cm d'épaisseur. Mélangez les graines et la poudre de cumin, saupoudrez-en la pâte. Puis répartissez le gruyère râpé sur la surface, et rentrez le cumin et le fromage par pressions fermes des doigts. Repliez le tiers de la pâte vers le milieu, puis le tiers opposé, pour obtenir une bonne répartition du gruyère. Façonnez alors la pâte en boule (voir page 25), laissez reposer encore 30 minutes.
- Divisez la pâte en trois parts, moulez légèrement chaque pièce en forme de miche (voir page 31) et placez-la dans un moule à cake. Avec la lame d'un rasoir ou d'un couteau pointu, pratiquez sur les pâtons quatre ou cinq entailles en diagonale. Couvrez d'un linge, laissez lever jusqu'à ce que les miches aient pratiquement doublé de volume, soit pendant 1 heure à 1 heure 30 en fonction de la température ambiante.
- Transférez les moules dans le four préalablement préchauffé à 250 °C (therm. 8-9), à l'intérieur duquel vous aurez vaporisé de l'eau, et réduisez la chaleur à 210 °C (therm. 7). Faites cuire de 15 à 20 minutes jusqu'à ce que le dessus des pains ait pris une coloration brun doré. Démoulez pour vous assurer que le dessous des miches est de couleur identique ; si tel n'est pas le cas, poursuivez la cuisson quelques minutes dans les moules. Démoulez et laissez ensuite refroidir sur une grille.



Pain façon Beaucaire

Le véritable pain de Beaucaire, originaire de la Côte d'Azur, se prépare à partir d'une variété locale de blé. La variante que je vous propose se réalise avec une farine blanche mais reprend la technique de pliage de son modèle. En le réalisant, j'ai pu constater à quel point sa fabrication est aisée, car elle ne fait pas appel au moulage. Quand vous vous sentirez en confiance pour essayer le pain de campagne (voir page 132), vous pourrez utiliser la même technique de pliage que pour cette recette.

| | | |
|--------------------------|--------------------------|--|
| Quantité : | 8 pains de petite taille | 1 Pâton de pâte blanche (voir page 33) ayant reposé |
| Préparation : | 20 minutes | 1 heure |
| Repos : | 1 heure | Farine de maïs ou complète |
| Levage : | 30 minutes | Farine blanche pour le saupoudrage |
| Cuisson au four : | 10 à 12 minutes | |

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la boule de pâte et aplatissez-la avec les mains de façon à obtenir un rectangle. Mouillez d'eau la surface avec un pinceau, puis saupoudrez un peu de farine de maïs ou de farine complète. Repliez la masse dans le sens de la longueur en vous arrêtant à 3 cm du bord. Passez de l'eau au pinceau sur ce bord, repliez-le sur le restant de la pâte et solidarisez les deux éléments par pression des doigts.
- Tapissez le plan de travail d'un linge, saupoudrez-le généreusement de farine blanche. Posez la pâte sur le torchon, soudez sur le dessous, et saupoudrez de farine la surface qui est apparente. Couvrez d'un autre linge et laissez lever 30 minutes environ dans un endroit chaud à l'abri des courants d'air, jusqu'à ce que la pâte ait pratiquement doublé de volume.
- À l'aide d'un petit couteau cranté, découpez la pâte dans le sens de la largeur en tranches de 3 cm d'épaisseur. Disposez sur une plaque toutes les pièces sur la tranche, pratiquez sur chacune un petit trou central leur donnant l'aspect d'un beignet. Faites cuire dans un four préchauffé à 250 °C (therm. 8-9) jusqu'à ce que les pains aient pris une coloration brun doré, soit pendant 10 à 12 minutes.





Petits pains au safran

Le safran qui sert en cuisine correspond aux stigmates séchés d'une espèce de crocus. C'est un ingrédient magnifique, à utiliser avec modération pour éviter que sa saveur et sa couleur ne soient trop prédominantes. Dans le pain, il offre une note délicatement chaude et une saveur raffinée. J'apprécie cette association avec une soupe de poisson ou une bouillabaisse, ou encore pour préparer des sandwiches au crabe. Utilisez de préférence du safran en filaments et non en poudre : votre pain y gagnera en aspect et en saveur.

| | | |
|--------------------------|----------------------|---|
| Quantité : | 9 ou 10 petits pains | 1 pâton de pâte blanche (voir page 33) |
| Préparation : | 20 minutes | 1 pincée de filaments de safran (ou, à défaut, poudre de safran) |
| Repos : | 1 heure | Quelques graines de cumin |
| Levage : | 45 minutes | Farine blanche pour le saupoudrage |
| Cuisson au four : | 12 minutes | |

Préparation

Diluez le safran dans l'eau avant de l'incorporer à la pâte, faites reposer la masse pendant une heure. Tapissez un plateau avec un linge, saupoudrez la pâte de farine.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte et aplatissez-la de la main jusqu'à obtention d'un rectangle. Repliez le tiers de la pâte vers le centre, exercez une pression des doigts, repliez le côté opposé, comme si vous pliez une feuille au format A4 pour la glisser dans une enveloppe. Découpez ce nouveau rectangle en 9 ou 10 parts de 90 à 100 g en vous servant du bord plan de la raclette. Façonnez chacune d'entre elles en boule (voir page 28), saupoudrez de farine le dessus de chaque boule. Puis exercez sur le centre une ferme pression avec un rouleau à pâtisserie fariné : la pâte va gagner en hauteur de part et d'autre de l'échancrure et prendre un aspect évoquant celui d'un grain de café.

- Disposez les pains deux par deux sur une plaque tapissée d'un torchon, séparez chaque paire de sa voisine en pratiquant un pli dans le linge, couvrez et laissez lever 45 minutes.

- Agrémentez les pains de quelques graines de cumin, transférez-les sur la pierre ou la plaque du four préchauffé à 250 °C (therm. 8-9). Vaporisez de l'eau à l'intérieur du four, refermez la porte et réduisez la chaleur à 220 °C (therm. 7-8).

Faites cuire les petits pains 12 minutes, puis sortez-les et laissez-les refroidir sur une grille.



Pain de mie

Le pain de mie se confectionne avec une pâte enrichie de lait et de beurre et se cuit au four dans un moule, ce qui est rare en boulangerie. Son nom vient de ce que la croûte est pratiquement absente et que tout son intérêt tient dans la mie. Pour réaliser ce type de pain, utilisez un moule muni d'un couvercle ou posez sur le moule une plaque métallique pendant la plus grande partie de la phase de cuisson, pour empêcher la formation d'une véritable croûte. Le pain de mie sert typiquement à la préparation de croque-monsieur. Voici comment en obtenir de bien moelleux : tartinez deux tranches de pain avec de la sauce béchamel, disposez-les en sandwich de part et d'autre d'une couche de jambon, déposez sur le dessus une épaisse couche de béchamel et du gruyère râpé ; faites cuire environ 12 minutes dans un four préchauffé à 200 °C (therm. 6-7), jusqu'à ce que le fromage ait fondu et que la surface soit gratinée. Le croque-monsieur peut aussi se confectionner avec du pain au gruyère et au cumin (voir page 58), ou encore avec du pain viennois (voir page 154). Le pain de mie me sert par ailleurs à réaliser du pudding aux fruits d'été, un de mes desserts favoris.

| | | |
|--------------------------|-----------------|--|
| Quantité : | 2 pains | 10 g de beurre doux |
| Préparation : | 20 minutes | 20 g de levure fraîche |
| Repos : | 1 heure | 10 g de sel |
| Levage : | 1 heure | 500 g de farine blanche (type 55) |
| Cuisson au four : | 25 à 30 minutes | 50 g de lait entier (soit 5 cl) |
| | | 300 g d'eau (soit 30 cl) |
| | | Beurre pour le graissage |

Préparation

Graissez avec un peu de beurre doux deux moules à cake de 500 g (20 à 22 cm de long).

Préchauffez le four à 250 °C (therm. 8-9). Réalisez la pâte en suivant les instructions exposées des pages 22 à 25, mais en ajoutant le beurre en même temps que la levure et le sel, par émiettage, et le lait avec l'eau. Laissez la pâte reposer 1 heure.



Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail fariné et divisez-la en deux parties de poids identique. Moulez très serré chaque pièce en miches (voir page 31).
- Une fois que les pâtons sont logés dans leur moule, laissez-les lever pendant 1 heure dans un endroit chaud à l'abri des courants d'air. Surveillez le levage car, une fois que la pâte atteint le bord des moules, vous devrez couvrir les moules d'un plateau ou d'un objet dont le poids empêchera la pâte de continuer à lever.
- Placez les moules dans le four préchauffé à 250 °C (therm. 8-9), réduisez la chaleur à 220 °C (therm. 7-8) et faites cuire les pâtons de 20 à 25 minutes à couvert puis encore 4 ou 5 minutes à découvert, jusqu'à ce que la croûte soit brun doré clair. Sortez du four, laissez refroidir.

Pudding aux fruits d'été (pour 4 à 6 personnes)

Découpez 6 à 8 tranches de pain de mie rassis, d'environ 1,5 cm d'épaisseur, écartez la croûte. Réservez deux tranches pour le dessus, et utilisez les autres pour tapisser le fond et les parois d'une jatte ; veillez à ce que le récipient soit intégralement recouvert et que les tranches soient bien serrées, au besoin en rectifiant leurs dimensions.

Écartez les tiges et les noyaux de 600 g d'un assortiment aussi varié que possible de fruits d'été : fraises, framboises, mûres, groseilles, cassis, cerises non acides. Évitez toutefois la présence trop importante de cassis, dont le goût risquerait de masquer celui des autres fruits.

Placez les fruits dans une grande casserole à fond épais, ajoutez 100 g de sucre en poudre, portez à ébullition à feu doux puis poursuivez la cuisson environ 2 minutes, jusqu'à ce que le sucre soit dissous et que les fruits entament leur ramollissement et commencent à rendre leur jus. Puis, hors du feu, réservez 3 ou 4 cuillerées à soupe du jus des fruits, transférez le contenu de la casserole dans le moule et couvrez le tout avec les deux tranches de pain restantes. Coiffez d'une assiette ayant le même diamètre de fond que le bord de la jatte, lestez l'assiette avec un bocal ou un autre objet pesant. Faites refroidir le pudding au réfrigérateur pendant au moins 6 heures, et idéalement toute une nuit.

Au moment de servir, ôtez l'assiette et son lest, glissez une palette entre le pudding et la paroi de la jatte, retournez celui-ci et démoulez le pudding sur l'assiette. Ajoutez 2 cuillerées à soupe de crème de cassis au jus de fruits que vous aviez réservé, répartissez ce mélange de façon à napper tout le dessus du pudding.



2. Pâte à l'olive

Huile d'olive : adoucissante ; très app



Prenons une pâte blanche qui est l'élément le plus simple de la panification. En l'enrichissant avec de l'huile d'olive, on lui donne une onctuosité agréable et une grande élasticité. Le pain obtenu possède une texture et une saveur exceptionnelles, et qui plus est, se congèle très bien. Je vous propose également pour la traditionnelle *ciabatta* (dont la recette est donnée en fin de chapitre) une variante à l'huile d'avocat, un peu plus coûteuse, mais très goûteuse.

J'utilise de préférence une huile d'olive légère et fruitée, qui ne soit ni trop intense ni trop piquante au goût, et pour renforcer le caractère de ce pain, j'incorpore un peu de semoule dans la pâte. En raison de la présence d'huile, attendez-vous à ce que votre pâte soit légèrement plus liquide que dans le chapitre précédent ; toutefois, sa réalisation ne vous posera pas de problème une fois que vous aurez maîtrisé la technique de travail de la pâte.

500 g de farine ordinaire à pain (type 55)

20 g de semoule de blé gros grain

15 g de levure (fraîche dans la mesure du possible)

10 g de sel

50 g d'huile d'olive vierge extra de bonne qualité

320 g d'eau (soit 32 cl – mais une pesée donne une mesure plus précise)

Préchauffez le four à 250 °C (therm. 8-9). Mélangez la farine et la semoule puis incorporez la levure en travaillant du bout des doigts, comme pour un crumble. Ajoutez le sel, l'huile d'olive et l'eau, puis commencez le travail de la pâte en suivant la procédure décrite des pages 22 à 25 ; toutefois, surveillez plus attentivement l'évolution de la masse pour enrichir ou agrémenter éventuellement la pâte d'ingrédients supplémentaires au moment indiqué, selon la recette suivie.

pain plat



bol à potage

tranche au
parmesan,
jambon
de Parme
et pignons
de pin



pizza

pain aux
deux
olives et à
la pancetta

pain
fourré à
la tomate,
à l'ail et
au basilic



ciabatta



focaccia au
romarin et
à la fleur
de sel

Focaccia au romarin et à la fleur de sel

Voici un pain plat très facile à réaliser et à partager. Je ne doute pas qu'en Italie chaque professionnel imprime sa marque personnelle à sa *focaccia*, de même les boulangers français ont tous une technique propre pour confectionner leurs baguettes. Sans prétendre aucunement présenter ici une recette authentiquement italienne, voici comment j'obtiens un pain avec un délicieux goût d'ailleurs.

| | | |
|--------------------------|-------------------|---|
| Quantité : | 1 grand pain plat | 1 pâton de pâte à l'olive (voir page 69) |
| Préparation : | 20 minutes | ayant reposé 1 heure |
| Repos : | 2 heure 15 | 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive, plus un peu d'huile en extra pour la fin de cuisson. |
| Cuisson au four : | 25 à 30 minutes | Quelques tiges de romarin frais Fleur de sel de bonne qualité |

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur une plaque préalablement huilée. Répartissez l'huile d'olive sur la pâte, aplatissez celle-ci avec le bout des doigts en partant du centre et en progressant vers les bords de la plaque ; autrement dit, procédez par pression, sans étirer la pâte. Couvrez d'un linge, laissez reposer 45 minutes dans un endroit chaud à l'abri des courants d'air.
- Reprenez la pâte et formez sur la surface de petites dépressions avec le bout des doigts, laissez-la à nouveau reposer 30 minutes.
- Effeuiliez les tiges de romarin, répartissez les feuilles sur toute la surface en les piquant dans la pâte. Versez le sel en pluie, transférez sans tarder la plaque dans le four préchauffé à 250 °C (therm. 8-9). Réduisez la chaleur à 220 °C (therm. 7-8), faites cuire de 25 à 30 minutes jusqu'à ce que la focaccia prenne une coloration brun doré clair. Sortez-la du four, et laissez le pain refroidir sur une grille. Passez sur la surface un peu d'huile d'olive au pinceau pendant que la focaccia est encore chaude.

Variante : pesto, olive et piment

Pour cette variante, vous pouvez utiliser des piments plus ou moins forts, à votre goût. Travaillez votre pâte comme indiqué ci-dessus, mais, au lieu de romarin et de gros sel, préparez 20 tomates-cerises coupées en deux et détaillez le piment à la main après égouttage. Dénoyotez une poignée d'olives de Calamata. Étalez sur la pâte ayant reposé 4 cuillerées à soupe de pesto frais (voir page 76) et faites-le rentrer uniformément en travaillant du bout des doigts. Répartissez sur toute la surface les piments, les tomates et enfin les olives, en les enfonçant dans la pâte. Laissez lever pendant 45 minutes, enfournez et poursuivez la recette.



Pain fourré à la tomate, ail et basilic

L'union faisant la force, ce pain réussit parfaitement l'association de trois ingrédients au goût affirmé qui donnent une garniture très agréablement colorée. La farine de maïs qui couvre sa surface procure après cuisson une très belle couleur à la croûte. L'ensemble est nettement plus intéressant que le pain à l'ail et plus savoureux que le pain à la tomate, à plus forte raison quand on le compare aux produits fabriqués industriellement.

Quantité : 3 pains fourrés
Préparation : 20 minutes
Repos : 1 heure
Levage : 30 minutes
Cuisson au four : 20 à 25 minutes

1 pâton de pâte à l'olive (voir page 69)
 ayant reposé 1 heure
100 g de tomates séchées au four (voir page 76)
20 gousses d'ail rôti (voir page 76)
1 gros bouquet de basilic frais, pour ses feuilles
 Huile d'olive vierge extra pour la finition
 Farine pour le plan de travail (blanche ou de maïs)

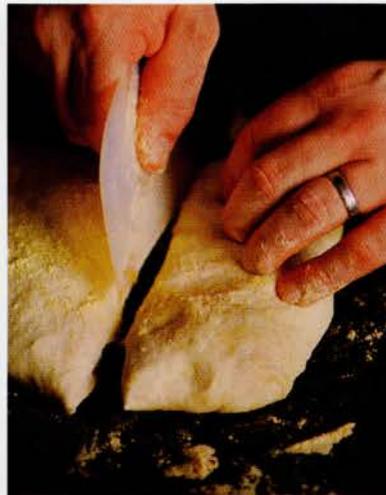
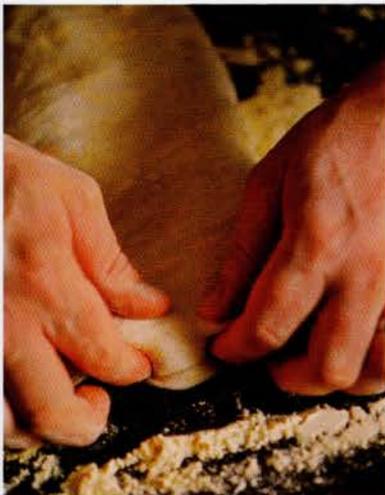
Réalisation

- Farinez généreusement le plan de travail avec de la farine blanche ou de la farine de maïs. À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la masse de pâte de sorte que le fond, plus visqueux, se présente sur le dessus. Saupoudrez la pâte d'un peu de farine puis, du bout des doigts, étalez-la doucement jusqu'à obtention d'un rectangle d'environ 35 x 25 cm ; pour cela, exercez de légères pressions créant de petites dépressions sur la surface.



- Dégagez au pinceau l'excédent de farine restant en surface, répartissez uniformément les tomates en les enfonçant légèrement dans la pâte avec le bout des doigts. Procédez de même pour l'ail puis les feuilles de basilic.
- Repliez vers le centre le tiers droit du rectangle, puis le tiers gauche, de façon à obtenir un rectangle trois fois plus petit que celui d'origine. Du bout des doigts, exercez sur la pâte de délicates pressions pour solidariser la pâte et sa garniture, puis rentrez soigneusement les bords.
- Découpez la pâte, dans le sens de la largeur, en trois pièces de mêmes dimensions. Rentez l'un des bords de la pièce du milieu pour les rendre tous trois identiques. Graissez légèrement à l'huile une plaque de four, déposez dessus les trois pâtons disposés verticalement, côté ouvert vers le haut. Couvrez avec un linge et laissez lever 30 minutes dans un endroit chaud à l'abri des courants d'air.
- Glissez la plaque dans le four préchauffé à 250 °C (therm. 8-9), réduisez la chaleur à 220 °C (therm. 7-8) et faites cuire de 20 à 25 minutes jusqu'à ce que la croûte soit brun doré. Sortez du four et laissez refroidir les pains fourrés sur une grille, en les badigeonnant d'un peu d'huile d'olive vierge extra pendant qu'ils sont encore chauds.

Cuisson partielle pour congélation : limitez à 15 minutes la cuisson au four et laissez les pains refroidir au moins 1 heure. Glissez-les ensuite dans des sacs spéciaux. Au moment de les consommer, terminez la cuisson dans un four préchauffé à 180 °C (therm. 6) pendant 12 à 15 minutes (pains encore congelés), ou 8 à 10 minutes (pains décongelés).



Tomates séchées au four

Prévoyez une barquette (250 g) de tomates-cerises, ou 6 à 8 tomates plus grosses. Préchauffez le four à 100 °C (therm. 3). Découpez les tomates (les cerises en deux, les grosses en quatre), déposez-les sur une plaque de four, peau contre le métal. Assaisonnez avec du sel et le poivre du moulin, saupoudrez-les avec une cuillerée à café de sucre et deux ou trois pincées d'herbes de Provence séchées de bonne qualité, ou avec un peu de thym ou de romarin frais. Transférez la plaque dans le four préchauffé, faites cuire 2 heures jusqu'à ce que les tomates soient desséchées tout en restant tendres. Après séchage, elles doivent peser 100 g en tout, ce qui est suffisant pour réaliser la recette des pains fourrés à la tomate, à l'ail et au basilic (voir pages 74 et 75).

Note : ces tomates peuvent se conserver plusieurs semaines en bocal stérilisé, immergées dans de l'huile d'olive. Vous pouvez aussi les passer dans un robot ménager de façon à obtenir soit une sauce tomate dont le goût très prononcé convient à une pizza (voir page 84), soit une pâte destinée à garnir des bouchées fourrées (voir page 44).

Ail rôti

Préchauffez le four à 180 °C (therm. 6). Faites chauffer sur une plaque, dans un moule allant au four, 5 cuillerées à soupe d'huile d'olive, 25 g de beurre et 1 cuillerée à café de sucre en poudre. Une fois le beurre fondu, ajoutez 20 gousses d'ail pelées et faites-les revenir ; transférez le moule dans le four, faites cuire de 20 à 25 minutes jusqu'à ce que les gousses soient caramélisées et ne résistent pas à la pointe d'un couteau. Sortez le moule du four, laissez l'ail refroidir dans ses sucs de cuisson. Posez alors les gousses sur quelques feuilles de papier absorbant.

Pesto frais

Quitte à faire frémir les Italiens, j'agrémente mon *pesto* d'un filet de citron ! Mettez dans le récipient d'un robot ménager 100 g de pignons de pin, 3 gousses d'ail et 100 g de parmesan râpé, et hachez le tout pendant quelques secondes. Ajoutez 3 ou 4 bouquets de basilic, soit de quoi remplir le récipient sans tasser les aromates, et mixez jusqu'à ce que le basilic soit haché. Ajoutez le jus d'un demi-citron et 60 g (4 cuillerées à soupe) d'huile d'olive vierge extra, brassez le mélange avec robot mixer. Rectifiez au besoin l'assaisonnement avec du sel de mer et le poivre du moulin, et ajoutez un peu d'huile d'olive si vous trouvez le *pesto* trop épais.

Note : ce *pesto* se conserve quelques jours au réfrigérateur, ou plusieurs semaines au congélateur.



Bol à potage

J'ai eu l'idée de ce bol chez un traiteur indien. Ses plats étaient certes fort savoureux, mais tristement servis dans des barquettes en plastique. J'ai pensé qu'ils seraient mieux mis en valeur dans des bols réalisés en pain enrichi d'un peu de piment ou d'épices, que l'on pourrait consommer ensuite, une fois ramollis par leur contenu. Du curry au potage, il n'y avait qu'un pas à franchir, pour se passer ainsi des traditionnels croûtons d'accompagnement...

| | | |
|--------------------------|-----------------|---|
| Quantité : | 8 bols | 1 pâton de pâte à l'olive (voir page 69) |
| Préparation : | 30 minutes | ayant reposé 30 minutes |
| Repos : | 40 minutes | Huile d'olive pour graisser les moules |
| Cuisson au four : | 20 à 25 minutes | Farine blanche pour le plan de travail |

Préparation

Huilez légèrement la paroi externe de 8 bols à petit-déjeuner en terre cuite, d'environ 12 cm de diamètre.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et divisez-la en pièces de 100 g chacune. Rajoutez un peu de farine sur le plan de travail avant de façonner chaque pièce. Étalez la pâte pour obtenir un disque, écartez l'excédent de farine et appliquez le disque sur un bol retourné, en appuyant légèrement pour éviter la présence de bulles d'air entre la pâte et son moule. Laissez reposer 10 minutes.
- Transférez les bols retournés dans le four préchauffé à 250 °C (therm. 8-9), réduisez la chaleur à 200 °C (therm. 6-7), faites cuire de 20 à 25 minutes jusqu'à ce que la pâte prenne une coloration brun doré ; il vous faudra sans doute prévoir deux fourées pour pouvoir cuire tous les bols. Sortez-les du four, laissez-les refroidir quelques minutes ; puis, à l'aide d'un couteau à lame très fine, détachez délicatement les pains de leur moule et faites-les refroidir sur une grille.

Conservation au congélateur : ces bols se conservent quelques semaines au congélateur, emboîtés les uns dans les autres et isolés sur leurs deux faces par du papier sulfurisé. Pour les utiliser, laissez-les décongeler environ 1 heure, avant de les réchauffer 3 minutes dans un four à 180 °C (therm. 6).

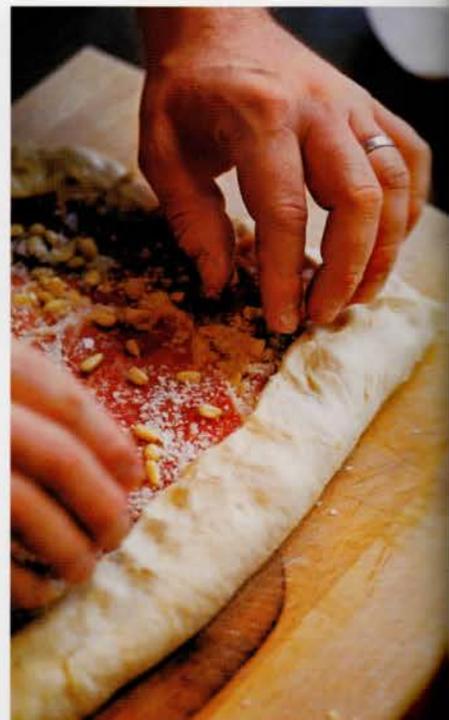
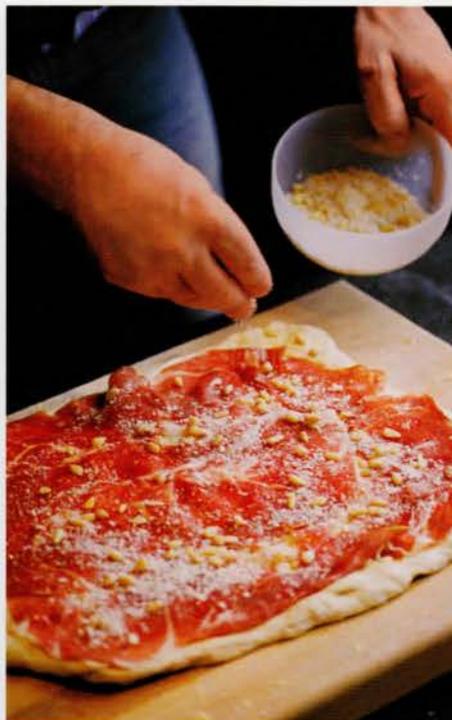


Tranches au parmesan, jambon de Parme et pignons de pin

Ne dirait-on pas des pains aux raisins, ces petites tranches que l'on peut ouvrir encore en deux pour les enrichir de roquette ou de lamelles de parmesan ? Il m'arrive de les décliner en bouchées individuelles que je sers à l'apéritif. Si cette idée vous plaît, n'utilisez que la moitié de la pâte et réalisez une roulade très serrée pour limiter la surface des tranches et en améliorer l'aspect.

Quantité : 12 tranches
Préparation : 20 minutes
Repos : 1 heure
Levage : 45 minutes
Cuisson au four : 12 à 15 minutes

1 pâton de pâte à l'olive (voir page 69) ayant reposé 1 heure
100 g de parmesan
100 g de pignons de pin
2 cuillerées à soupe d'huile d'olive vierge extra
12 tranches de jambon de Parme
 Farine de maïs pour le plan de travail

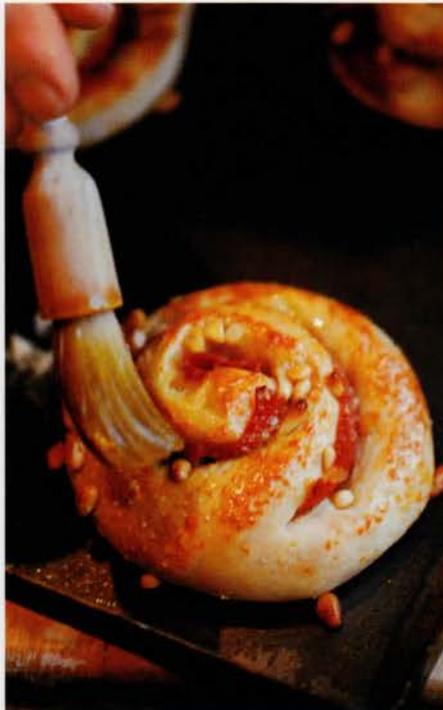


Préparation

Râpez le parmesan. Répartissez les pignons de pin sur une plaque et faites-les griller en les retournant de temps à autre, au gril ou à four très chaud ; laissez-les refroidir.

Réalisation

- Farinez uniformément le plan de travail avec la farine de maïs. À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte et, avec les doigts, étalez-la en creusant des dépressions de façon à obtenir un rectangle grossier ; puis, passez sur la surface de l'huile d'olive au pinceau.
- Brassez les pignons de pin et le parmesan, répartissez la moitié de ce mélange sur la pâte. Disposez par-dessus le jambon de Parme, huilez-le au pinceau. Ajoutez sur le tout le restant de pignons et de parmesan.
- Roulez la pâte sur elle-même et, d'une pression des doigts, solidarisez la bordure avec l'ensemble. À l'aide d'un petit couteau cranté, découpez la roulade en tranches de 2 cm d'épaisseur. Déposez-les à plat sur une plaque légèrement graissée à l'huile.
- Couvrez d'un linge et laissez lever jusqu'à ce que les pièces aient pratiquement doublé de volume, soit pendant environ 45 minutes.
- Transférez les tranches dans le four préchauffé à 250 °C (therm. 8-9), réduisez à 240 °C (therm. 8) et faites cuire de 12 à 15 minutes jusqu'à ce que les pièces soient brun doré. Sortez-les du four, laissez-les refroidir sur une grille. Badigeonnez la surface d'huile d'olive pendant que les tranches sont encore chaudes.





Pain plat

Ce pain extrêmement mince peut servir de base à une roulade ou de fond à une pizza. Il est même possible, en prolongeant légèrement la cuisson, de le dessécher totalement et d'en utiliser des fragments pour goûter des sauces à l'apéritif : ce support est véritablement moins calorique que les chips traditionnellement utilisées. La pâte elle-même avec, par exemple, des épices thaïlandaises, peut être enrichie ou garnie, en enfonçant, avant cuisson sur la surface, des fines herbes, du gros sel, du poivre noir ou encore des piments, frais ou séchés...

| | | |
|--------------------------|-----------------|--|
| Quantité : | 4 pains | 1 pâton de pâte à l'olive (voir page 69) ayant reposé |
| Préparation : | 20 minutes | 30 minutes |
| Repos : | 55 à 60 minutes | Farine de maïs pour les plaques |
| Cuisson au four : | 8 à 10 minutes | Huile d'olive pour graisser les plaques |

Préparation

Huilez légèrement au pinceau 4 plaques de 20 x 30 cm à revêtement antiadhésif.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte et divisez-la en quatre pièces de poids égal. Placez une pièce sur une plaque et, du bout des doigts, exercez des pressions pour étaler la pâte jusqu'à ce qu'elle occupe la surface de la plaque. Si elle est très gluante, utilisez un peu de farine de maïs pour faciliter l'opération. À ce stade, il n'est pas nécessaire que toute la surface de la plaque soit recouverte, dans la mesure où il sera temps d'y revenir une fois que la pâte aura reposé et gonflé. Répétez l'opération avec les trois autres plaques.
- Couvrez les plaques avec des torchons, laissez reposer de 15 à 20 minutes, étalez encore la pâte du bout des doigts de sorte qu'elle recouvre toute la plaque. Laissez-la reposer encore 10 minutes.
- Pour réaliser des roulades, transférez les plaques au four préchauffé à 250 °C (therm. 8-9), réduisez la chaleur à 220 °C (therm. 7-8) et laissez cuire de 8 à 10 minutes jusqu'à ce que les pains aient pris une légère coloration correspondant à celle d'une pâte partiellement cuite (page 16). Ne poursuivez pas la cuisson, le façonnage en roulades exigeant que les pains soient suffisamment malléables. Agrémentez les roulades à votre convenance : avec des tomates en grappes, de la salade, du jambon de Parme...

Si vous destinez ces pains à la dégustation de sauces à l'apéritif, faites-les cuire au four de 15 à 18 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient croustillants et se fragmentent facilement.

Pizza

Voici la recette d'une pizza Margherita, mais vous pouvez bien sûr composer une autre garniture à votre convenance. En l'occurrence, préférant disposer d'une pâte homogène et élastique, je ne lui ajoute pas de semoule.

| | | | |
|--------------------------|--|---|--|
| Quantité : | 3 pizzas | Fond des pizzas : | Garniture, quantités par pizza : |
| Préparation : | 15 minutes | 15 g de levure fraîche | 3/4 de cuillerée à soupe |
| Repos : | 1 heure 10, ou une nuit au réfrigérateur | 500 g de farine blanche italienne grossière | de tomates séchées au four réduites en sauce au robot mixer (voir page 76) |
| Cuisson au four : | 10 à 12 minutes | 10 g de sel | 100 g de Mozzarella |
| | | 50 g d'huile d'olive (5 cl) | Feuilles fraîches de basilic pour le plan de travail |
| | | 320 g d'eau (32 cl) | |
| | | Farine blanche ordinaire | |
| | | | |

Préparation

Préchauffez le four à 250 °C (therm. 8-9). Émiettez la levure dans la farine avec le bout des doigts, comme pour un crumble. Ajoutez le sel, l'huile d'olive et l'eau, puis travaillez la pâte comme il est indiqué dans les pages 22 à 25. Laissez reposer 1 heure ou, mieux, toute une nuit au réfrigérateur si vous souhaitez une pâte plus croustillante et plus savoureuse. Elle va alors lever très lentement, ce qui développe une légère acidité favorisant l'épanouissement des saveurs et la formation d'une pâte croquante en surface et légèrement spongieuse à l'intérieur.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte, divisez-la en trois et façonnez chaque pièce en boule (voir page 25). Laissez reposer encore 10 minutes. Farinez légèrement le plan de travail en le recouvrant bien uniformément pour éviter que les pizzas n'adhèrent. Posez dessus les boules de pâte.
- Placez la base de la main au milieu d'une boule et exercez une pression pour étaler la pâte. Faites pivoter légèrement la masse, répétez l'opération. Continuez à étaler ainsi la pâte jusqu'à obtention d'un disque grossièrement formé de 20 à 22 cm de diamètre, et présentant une bordure un peu plus épaisse que le centre. Recommencez avec les deux autres boules de pâte.
- Transférez les fonds de pizza sur une plaque farinée, répartissez uniformément la sauce tomate. Disposez ensuite des morceaux de mozzarella et les feuilles de basilic détaillées en lanières.
- Glissez les pizzas dans le four, sur la pierre ou la plaque qui auront été préchauffées, réduisez la chaleur à 240 °C (therm. 8) et faites cuire de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que les bords des pizzas soient brun doré et bien croustillants.



Pain aux deux olives et à la pancetta

Les olives et la pancetta présentent des saveurs évoquant fortement le terroir et se marient parfaitement à ce pain, idéal pour des sandwiches.



| | | |
|--------------------------|-----------------|--|
| Quantité : | 3 pains | 1 pâton de pâte à l'olive (voir page 69) |
| Préparation : | 1 heure | 200 g de mélange d'olives vertes et noires entières |
| Repos : | 1 heure 30 | 1 bouquet de sauge, pour les feuilles |
| Levage : | 1 heure | 1 cuillerée à soupe d'huile pour la friture |
| Cuisson au four : | 30 à 35 minutes | 200 g de pancetta détaillée en dés, ou de lardons |

Préparation

Dénoyautez les olives, hachez grossièrement les feuilles de sauge. Chauffez l'huile d'olive dans une poêle, faites-y revenir la *pancetta* (ou les lardons) en remuant de temps à autre. Quand cette dernière devient craquante, ajoutez les olives, mélangez le tout et poursuivez la cuisson à feu moyen pendant environ 2 minutes. Hors du feu, ajoutez la sauge, remuez bien et transférez ce mélange dans un récipient creux, sans oublier les sucs de cuisson. Laissez refroidir.

Pendant la dernière phase du travail de la pâte à la main ou de sa confection dans un malaxeur, ajoutez le mélange à base de pancetta, et incorporez-le en le répartissant uniformément dans la masse. Farinez légèrement l'intérieur d'un récipient creux, placez-y la pâte. Couvrez d'un linge, laissez reposer 1 heure dans un endroit à l'abri des courants d'air.

Réalisation

- Retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné, façonnez-la en boule (voir page 25). Replacez-la dans son récipient, couvrez-la et laissez-la reposer encore 30 minutes.
- Farinez à nouveau le plan de travail, retournez dessus la boule de pâte. Divisez-la en trois pièces d'environ 440 g. Prenez une boule, repliez un côté vers le milieu, exercez-y une pression avec le pouce ou la base de la main pour solidariser les deux parties. Procédez de même avec l'autre côté, puis repliez la masse en deux dans le sens de la longueur de façon à obtenir un pâton allongé arrondi aux extrémités. Recommencez avec les deux autres pièces de pâte.
- Placez les pâtons sur une plaque, ajoutez sur le dessus une farine blanche ou de maïs. À l'aide d'une lame de rasoir ou d'un couteau bien tranchant, pratiquez sur chaque pâton six ou sept entailles en diagonale. Couvrez le tout d'un linge, laissez lever environ 1 heure, jusqu'à ce que les pâtons aient pratiquement doublé de volume.
- Ouvrez le four préchauffé à 250 °C (therm. 8-9), vaporisez de l'eau à l'intérieur. Enfourez les pâtons, réduisez la chaleur à 230 °C (therm. 7-8) et faites cuire de 30 à 35 minutes jusqu'à ce que les pains aient pris une coloration brun doré. Sortez-les du four, laissez-les refroidir sur une grille.

Ciabatta

La réalisation de cette célèbre « pantoufle » implique le recours à un ferment (*biga*, en italien) donnant au pain une grande légèreté et une structure très aérée. Ce levain consiste simplement en un mélange de farine, d'eau et de levure, que l'on laisse reposer 24 heures avant utilisation. Par tempérament, je préfère systématiquement travailler ma pâte à la main plutôt qu'utiliser un malaxeur à crochet ; ce choix se justifie tout particulièrement pour le pâton de *ciabatta*, qui doit renfermer le plus d'air possible. Partant d'une masse très molle et gluante, on finit par obtenir alors une pâte de plus en plus élastique ne collant plus aux doigts. Pour cette recette, j'aime remplacer l'huile d'olive par de l'huile d'avocat : elle est certes un peu plus chère que l'huile d'olive, mais donne à la pâte une délicate et agréable teinte vert pâle.



| | | | |
|--------------------------|---|--|--|
| Quantité : | 4 pains | Pour le ferment : | Pour la pâte : |
| Préparation : | 15 minutes | 350 g de farine | 450 g de farine blanche ordinaire ou de farine italienne à pain |
| Repos : | 17 à 24 heures pour le ferment, 1 heure 30 pour la pâte | 180 g d'eau (18 cl) | 10 g de levure |
| Levage : | 30 à 45 minutes | 1/2 cuillerée à café rase de levure fraîche | 340 g d'eau (34 cl) |
| Cuisson au four : | 18 à 20 minutes | | 50 g d'huile d'olive ou d'avocat (5 cl) |
| | | | 15 g de sel |
| | | | Huile d'olive ou d'avocat pour graisser les plats |
| | | | Farine pour le plan de travail |

Préparation (24 heures à l'avance)

Mélangez à la main ou au malaxeur les ingrédients composant le ferment jusqu'à obtention d'une pâte rudimentaire, soit pendant environ 5 minutes. Transférez-la dans un récipient creux, posez dessus un film étirable sans l'ajuster, couvrez d'un linge et laissez reposer 17 à 24 heures dans un endroit à l'abri des courants d'air.

Réalisation

- Pensez à allumer le four à 250 °C (therm. 8-9), au minimum 1 heure avant de commencer la confection de la pâte, de façon à chauffer le four ainsi que la cuisine.
- Il est préférable de réaliser la pâte à la main. Mettez la farine dans un récipient creux, émiettez dessus la levure. Ajoutez le ferment, puis l'eau, l'huile et le sel, et malaxez bien le tout d'une main de façon à mélanger les ingrédients de façon homogène. Une fois que la pâte n'adhère plus à la paroi, transférez-la sur le plan de travail à l'aide du bord arrondi de la raclette. Travaillez-la ensuite en suivant la recette décrite page 24. (Si vous préférez utiliser un malaxeur, mélangez les ingrédients comme indiqué ci-dessus puis poursuivez le traitement 4 ou 5 minutes avec l'appareil réglé sur la deuxième vitesse, jusqu'à ce que la pâte soit légère, souple et élastique). Transférez la pâte sur une surface légèrement graissée, et façonnez-la en boule (voir page 25).
- Graissez légèrement l'intérieur d'un récipient creux avec de l'huile d'olive ou d'avocat, mettez-y la pâte et laissez-la reposer couverte d'un linge pendant 1 heure 30, jusqu'à ce qu'elle ait levé et pris une consistance légère et aérée.
- Répandez généreusement de la farine blanche ou de maïs sur le plan de travail. À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte d'un bloc et farinez-en le dessus. Écrasez cette boule par des pressions légères des doigts, divisez la masse en quatre bandes de dimensions à peu près identiques. Pliez chaque bande en trois, en repliant un côté de la pâte vers le centre puis en exerçant une pression avec la base de la main pour solidariser l'ensemble. Repliez ensuite l'autre côté vers le centre et appuyez de même avec la main. Pour terminer, pliez la pièce en deux dans le sens de la longueur, soudez les bords par pression pour obtenir un pâton de forme allongée.

- Disposez les pâtons sur un torchon bien fariné, recouvrez d'un autre linge et laissez lever 30 à 45 minutes.
- Farinez une pelle à pain en bois ou une plaque, prélevez un pâton à la fois, étirez-le légèrement avant de le déposer sur le support. C'est cette opération qui donne à la ciabatta sa forme caractéristique de pantoufle. Vaporisez de l'eau à l'intérieur du four, déposez sans tarder les pâtons sur la pierre ou la plaque. Réduisez la chaleur du four à 220 °C (therm. 7-8) et faites cuire de 18 à 20 minutes jusqu'à ce que les pains aient pris une coloration brun doré clair.

Cuisson partielle pour congélation : ces pains peuvent faire l'objet d'une cuisson partielle pendant 15 minutes. Laissez-les alors refroidir, puis enveloppez-les dans des sacs individuels spéciaux avant de les placer au congélateur. Au moment de leur utilisation, enfournez-les non décongelés dans un four préchauffé à 200 °C (therm. 6-7) pendant 12 minutes.

Variante : ciabatta aux olives

Quelques minutes avant la fin du travail de la pâte, ajoutez à la masse 200 g d'olives de Calamata ou d'olives vertes, dénoyautées et coupées en quatre.

Le ferment



Laissez lever les pâtons



Étirez dans le sens de la longueur



3. Pâte brune

Brun : bistré, comme le bois ou la terre



Ce chapitre évoque à maintes reprises l'automne et la période de Noël, car cette mie brune a un côté terroir bien réconfortant par temps froid, à plus forte raison quand elle est enrichie de fruits ou d'épices. Dans la plupart des cas, j'utilise de la farine blanche et de la farine complète. Ce mélange permet d'obtenir une pâte plus légère. Je présente néanmoins une recette de vrai pain complet faisant appel à une farine de seigle non mélangée ; grâce à un ferment (voir page 14), ce pain reste plus léger que la plupart de ceux que nous évoquons dans les pages qui suivent. La pâte brune est confectionnée selon le même tour de main que les réalisations des deux chapitres précédents, mais attendez-vous à ce qu'elle soit légèrement plus lourde que la pâte blanche ou que la pâte à l'huile d'olive.

300 g de farine complète forte

200 g de farine blanche ordinaire (type 55)

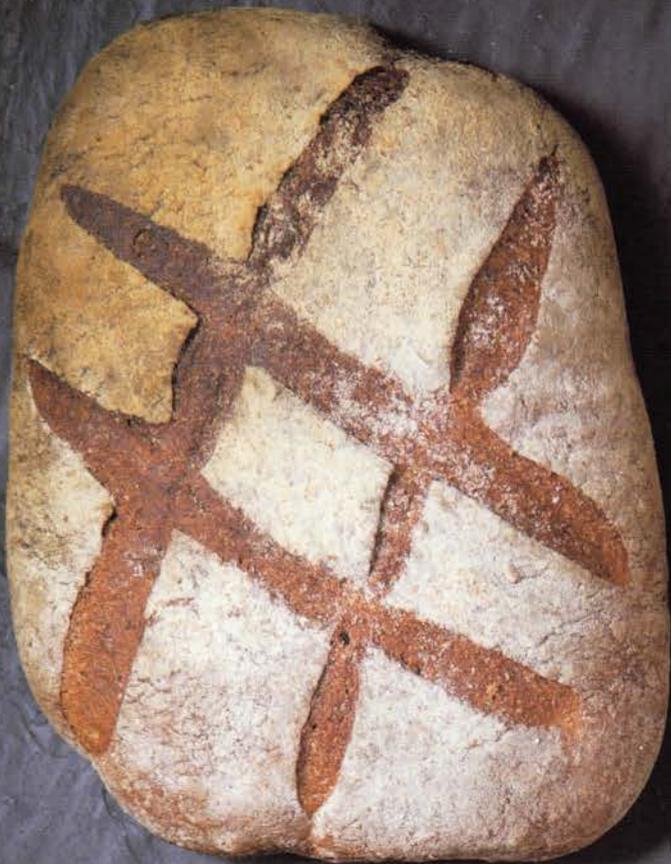
10 g de levure (fraîche dans la mesure du possible)

10 g de sel

350 g d'eau (soit 35 cl – mais une pesée donne une mesure plus précise)

Préchauffez le four à 250 °C (therm.8-9). Mélangez les deux types de farine puis incorporez la levure en travaillant du bout des doigts, comme pour un crumble. Ajoutez le sel et l'eau, et travaillez la pâte en suivant les indications des pages 22 à 25 ; toutefois, surveillez plus attentivement l'évolution de la masse pour y ajouter éventuellement des ingrédients supplémentaires au moment indiqué par la recette suivie.

miche au
miel et à
la lavande



pain aux
raisins
secs,
noisettes
et
échalote



pain aux
abricots et
à l'avoine



étoile au
pavot



tresse au
sésame



petit pain
brun



aux
es



pain aux
noix de
pécan
et aux
canneberges

igrain



Pain
complet
100 %

à la
amome
ux
eaux



Pain aux abricots et à l'avoine

J'aime ce pain au petit déjeuner pour sa ressemblance avec un muesli compact. Il est également très bon grillé avec du fromage. Les abricots lui apportent une note sucrée, l'avoine lui donne du croquant.

| | | |
|--------------------------|---|--|
| Quantité : | 4 petites miches, ou 2 gros pains | 1 pâton de pâte brune (voir page 93) |
| Préparation : | 20 minutes | 200 g d'abricots secs grossièrement détaillés |
| Repos : | 1 heure 30 | 80 g de flocons d'avoine pour l'enrobage |
| Levage : | 1 heure | Farine pour le plan de travail |
| Cuisson au four : | 15 minutes (petites miches), ou 25 minutes (gros pain) | |

Préparation

Réalisez la pâte en suivant les indications de la page 22, mais en ajoutant les abricots à la fin du travail de la pâte à la main ou au malaxeur, puis continuez à travailler pour bien répartir les fruits. Façonnez la pâte en boule (voir page 25), placez-la dans un récipient creux légèrement fariné, couvrez d'un linge, laissez reposer 1 heure.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et divisez-la en deux ou quatre parts, selon le nombre de miches envisagé. Façonnez chaque pièce en boule, couvrez d'un linge et laissez encore reposer 10 minutes.
- Moulez chaque pièce en miche (voir page 31). Versez les flocons d'avoine sur une assiette. Badigeonnez à l'aide d'un pinceau le dessus et les côtés des pâtons avec un peu d'eau, faites rouler les zones humidifiées dans l'avoine jusqu'à ce qu'elles soient généreusement recouvertes. Placez les pâtons sur une plaque tapissée d'un torchon légèrement fariné, en les isolant par des plis pratiqués dans le linge pour éviter tout contact au levage.
- Avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez quelques entailles, alternées d'au moins 5 mm d'épaisseur, de part et d'autre d'une ligne verticale. Laissez les pâtons lever environ 1 heure, jusqu'à ce qu'ils aient pratiquement doublé de volume.
- Ouvrez le four préalablement préchauffé, vaporisez de l'eau à l'intérieur, puis glissez sans tarder les pâtons sur la pierre à pain ou la plaque retournée bien chaude. Refermez la porte, réduisez la chaleur à 220 °C (therm. 7-8) et faites cuire 15 minutes (petites miches) ou 25 minutes (gros pains). Après cuisson, ces pains doivent sonner creux quand on en tapote la base avec le doigt. Laissez-les refroidir sur une grille.



R 0

Miche au miel et à la lavande

Une seule cuillerée à café de lavande suffit à donner à ce pain un parfum extraordinaire. Cueillez-la à la fin de l'été, détachez toutes les têtes et faites-les sécher étalées sur des plaques de four. Vous pourrez alors les conserver dans un récipient en plastique et disposer d'une quantité suffisante jusqu'à l'année suivante. Pour cette recette, utilisez de préférence du miel de lavande. J'apprécie beaucoup quelques tranches grillées de ce pain avec du fromage de chèvre à pâte tendre.

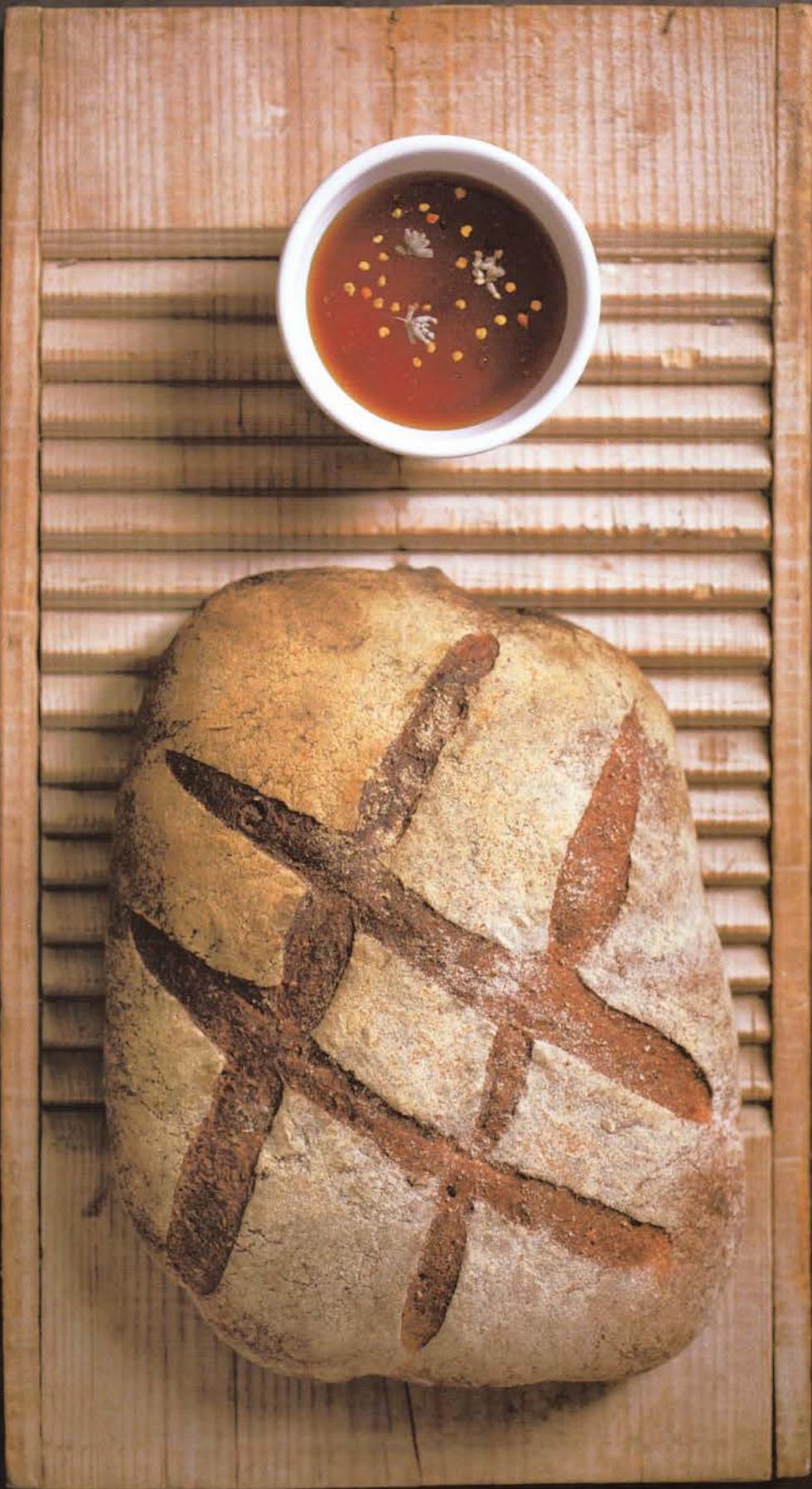
| | | |
|--------------------------|--------------------------|---|
| Quantité : | 1 miche de grande taille | 1 pâton de pâte brune (voir page 93) |
| Préparation : | 20 minutes | 1 cuillerée à café bombée de fleurs de lavande |
| Repos : | 1 heure 30 | cueillies fraîches puis séchées |
| Levage : | 1 heure à 1 heure 30 | 30 g de miel liquide de bonne qualité |
| Cuisson au four : | 30 à 40 minutes | Farine pour le récipient et le saupoudrage |

Préparation

Réalisez la pâte en suivant les indications de la page 22, mais en ajoutant la lavande en même temps que la farine, et le miel en même temps que le sel. Façonnez la pâte en boule (voir page 25), placez-la dans un récipient creux légèrement fariné, couvrez d'un linge et laissez reposer 45 minutes.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur le plan de travail ; façonnez-la à nouveau en boule, transférez-la dans le récipient, couvrez et laissez encore reposer 45 minutes.
- Retournez la pâte sur le plan de travail et exercez sur elle de légères pressions pour l'étaler. Formez un carré en repliant les quatre « coins » vers le milieu. Farinez le dessus de la pâte et transférez-la sur un torchon tapissant une plaque, côté replié sur le dessous. Couvrez d'un autre linge et laissez lever pendant 1 heure à 1 heure 30, jusqu'à ce que la pâte ait pratiquement doublé de volume.
- Placez le pâton, côté replié sur le dessous, sur une pelle en bois ou sur une plaque de four retournée. Avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez sur le dessus quatre longues entailles, deux parallèles et les deux autres perpendiculaires aux premières. Vaporisez de l'eau à l'intérieur du four préalablement préchauffé, glissez sans tarder le pâton sur la pierre à pain ou sur la plaque retournée toute chaude, et refermez la porte. Faites cuire la miche en réduisant la chaleur à 220 °C (therm 7-8) pendant 10 minutes, puis à 200 °C (therm. 6-7) de 20 à 30 minutes. Une fois cuit, ce pain doit sonner creux quand on en tapote la base avec le doigt ; commencez ces contrôles suffisamment tôt, car il est difficile de prévoir le temps de cuisson exact d'une miche présentant de telles dimensions.





Pain à la cardamome et aux pruneaux

Sachant que la cardamome se marie bien avec les fruits, j'ai eu envie de l'associer avec des pruneaux. Pourtant, le résultat ne me satisfaisait pas totalement : je me suis alors souvenu de ces moments en Bretagne, où je réalisais des fars aux pruneaux enrichis d'un peu de rhum brun de bonne qualité. J'en ai donc ajouté à ma recette, et j'ai alors constaté que ce pain prenait vie, la miché évoquant dès lors le terroir et la période de Noël...

| | | |
|--------------------------|-----------------|--|
| Quantité : | 2 miches | 1 pâton de pâte brune (voir page 93) |
| Préparation : | 30 minutes | 100 g de pruneaux dénoyautés |
| Repos : | 1 heure 45 | 4 cuillerées à soupe de rhum |
| Levage : | 1 heure | 1/4 de cuillerée à café de cardamome moulue |
| Cuisson au four : | 25 à 30 minutes | Farine pour le plan de travail et le saupoudrage |

Préparation

Faites tremper les pruneaux dans du rhum pendant au moins 1 heure, et idéalement une nuit entière. Réalisez la pâte en suivant les indications de la page 22, mais en portant à 15 g la quantité de levure de façon à compenser la lourdeur due à la présence des fruits. Ajoutez la cardamome en même temps que la farine et les pruneaux peu de temps avant la fin normale du travail de la pâte à la main ou au malaxeur, puis, continuez à travailler pour bien répartir les ingrédients. Façonnez la pâte en boule (voir page 25), placez-la dans un récipient creux, couvrez d'un linge et laissez reposer 1 heure.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur le plan de travail légèrement fariné. Façonnez-la à nouveau en boule, et laissez-la reposer encore 45 minutes dans le récipient, couverte d'un torchon.
- Retournez à nouveau la pâte sur le plan de travail légèrement fariné, divisez-la en deux parts égales. Moulez chaque part en miché (voir page 31). Placez-la sur un linge légèrement fariné tapissant une plaque de four, plate ou à bords (retournez-la dans ce dernier cas). Saupoudrez le dessus des pâtons avec de la farine puis, avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez huit entailles d'environ 5 mm de profondeur en alternance de part et d'autre d'une ligne médiane verticale. Couvrez d'un torchon, laissez lever environ 1 heure, jusqu'à ce que les pâtons aient pratiquement doublé de volume.
- Ouvrez le four préalablement préchauffé, vaporisez de l'eau à l'intérieur. Glissez les pâtons sur la pierre à pain ou sur la plaque retournée toute chaude et refermez la porte sans tarder. Réduisez la chaleur à 220 °C (therm. 7-8) et faites cuire de 25 à 30 minutes. Les miches sont cuites si elles sonnent creux quand on en tapote la base avec le doigt. Sortez-les du four et laissez-les refroidir sur une grille.



Pain aux algues

Tous ceux à qui j'ai fait goûter ce pain l'ont apprécié, mais je doute que l'on puisse deviner à l'odeur de quel ingrédient il est enrichi. En Bretagne, j'utilisais les algues que je trouvais sur place. Mais, vivant ensuite loin des côtes, je me suis aperçu que le *wakamé*, apprécié des Japonais, se mariait très bien avec une pâte brune. En raison de ses origines, ce pain aux algues accompagne parfaitement les fruits de mer, notamment les huîtres. Dans la recette que je propose ici, j'utilise un mélange à parts égales des deux types de farine.

| | | |
|--------------------------|------------|--|
| Quantité : | 1 miche | 250 g de farine blanche ordinaire (type 55) |
| Préparation : | 30 minutes | 250 g de farine complète |
| Repos : | 1 heure 45 | 10 g de levure (fraîche dans la mesure du possible) |
| Levage : | 1 heure | 10 g de sel |
| Cuisson au four : | 45 minutes | 340 g d'eau (soit 34 cl) |
| | | 10 g d'algue wakamé déshydratée (soit environ 50 g après réhydratation) |
| | | Farine pour le récipient et le plan de travail |

Préparation

Assouplissez les algues dans de l'eau conformément aux recommandations figurant sur le conditionnement. Préchauffez le four à 250 °C (therm. 8-9). Mélangez les deux types de farine, émiettez la levure, puis, ajoutez le sel et l'eau et réalisez la pâte en suivant les indications des pages 22 à 25. Ajoutez les algues à la fin du travail de la pâte (à la main ou au malaxeur), puis, continuez à travailler cette dernière pour bien répartir le wakamé. Façonnez alors la pâte en boule (voir page 25), placez-la dans un récipient creux légèrement fariné, couvrez d'un linge et laissez-la reposer 1 heure.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, sortez la pâte du récipient, reformez-la à nouveau en boule ; transférez-la dans le récipient, couvrez d'un linge et laissez-la encore reposer 45 minutes.
- Retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et moulez-la en miche (voir page 31). Laissez-la lever pendant 1 heure sur un torchon bien fariné, avec la soudure sur le dessus.
- Retournez la miche, placez-la sur une pelle en bois ou sur une plaque plate. Avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez 3 entailles alternées de part et d'autre d'une ligne médiane verticale. Vaporisez de l'eau à l'intérieur du four préchauffé, glissez la miche sur la pierre à pain ou la plaque retournée. Faites-la cuire environ 45 minutes jusqu'à ce qu'elle soit bien colorée. Ce pain doit sonner creux quand on en tapote la base avec le doigt. Sortez-le du four et laissez-le refroidir sur une grille.

Tresses au sésame

On prend vraiment un grand plaisir à réaliser ces tout petits pains tressés.

| | | |
|--------------------------|-----------------|--|
| Quantité : | 12 tresses | 1 pâton de pâte brune (voir page 93) ayant reposé |
| Préparation : | 45 minutes | 1 heure |
| Repos : | 1 heure 05 | 50 g de graines de sésame |
| Levage : | 45 minutes | Farine pour le plan de travail |
| Cuisson au four : | 12 à 15 minutes | |

Réalisation

- Retournez la pâte à l'aide du bord arrondi de la raclette. Avec le bord plan, divisez-la en 12 parts de poids égal. Façonnez chaque pièce en boule (voir page 28), couvrez d'un linge et laissez encore reposer 5 minutes.

- Farinez légèrement le plan de travail. Prenez une boule, aplatissez-la tout en formant un disque. Repliez deux des bords opposés vers le milieu de façon à obtenir un rectangle grossier, retournez-le pour que les zones repliées se trouvent sur le dessous. Avec la lame d'un petit couteau, pratiquez 2 entailles parallèles démarrant à proximité d'un des petits côtés et courant jusqu'au bord opposé : vous allez donc disposer de trois bandes de pâte regroupées à une extrémité par la zone de pâte laissée intacte.

- Tressez la pâte comme vous le feriez de cheveux, en passant en alternance une des bandes externes par-dessus la bande médiane. Une fois traitée pratiquement toute la longueur de la pâte, réunissez par pression les trois extrémités et façonnez cette masse en pointe. Procédez de même avec les onze autres pièces.

- Versez les graines de sésame dans une assiette creuse. À l'aide d'un pinceau, badigeonnez d'un peu d'eau le dessus des pâtons et passez-le dans le sésame. Disposez les tresses à l'endroit sur une plaque de four, couvrez d'un linge et laissez lever dans un endroit chaud à l'abri des courants d'air pendant environ 45 minutes, jusqu'à ce que les pâtons aient pratiquement doublé de volume.

- Transférez la plaque dans le four préalablement préchauffé. Vaporisez de l'eau à l'intérieur, refermez la porte sans tarder. Réduisez la chaleur à 220 °C (therm. 7-8), faites cuire les tresses de 12 à 15 minutes.



Petits pains bruns

Ces pains sont proches des pains au citron proposés page 47, mais leur façonnage est plus simple.

| | | |
|--------------------------|-----------------|--|
| Quantité : | 12 petits pains | 1 pâton de pâte brune (voir page 93) ayant reposé |
| Préparation : | 30 minutes | 1 heure |
| Repos : | 1 heure 05 | Farine pour le plan de travail |
| Levage : | 45 minutes | |
| Cuisson au four : | 10 minutes | |

Réalisation

- Retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné à l'aide du bord arrondi de la raclette. Divisez-la en douze parts égales, moulez chaque pièce en boule (voir page 28). Disposez ces boules sur une plaque de four ; couvrez d'un linge et laissez reposer pendant 5 minutes.

- Façonnez alors à nouveau les pièces en boules, roulez-les légèrement pour qu'elles prennent une forme ovale. Placez-les sur une autre plaque de four en ménageant un espace suffisant pour que les pâtons puissent lever sans entrer en contact avec leurs voisins. Couvrez avec un torchon.

- Laissez les pâtons lever pendant 45 minutes dans un endroit à l'abri des courants d'air, jusqu'à ce qu'ils aient pratiquement doublé de volume.

- Avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez une longue entaille suivant une ligne médiane verticale. Ouvrez le four préalablement préchauffé, vaporisez de l'eau à l'intérieur, enfournez sans tarder les pâtons. Réduisez alors la chaleur à 230 °C (therm. 7-8) et faites cuire pendant 10 minutes. Laissez les petits pains refroidir sur une grille.





Étoiles au pavot

Ces petites étoiles sont parfaites pour mettre en valeur tout un assortiment de petits pains sur une table.

| | | |
|--------------------------|-----------------|--|
| Quantité : | 12 étoiles | 1 pâton de pâte brune (voir page 93) ayant reposé |
| Préparation : | 45 minutes | 1 heure |
| Repos : | 1 heure 05 | 50 g de graines de pavot |
| Levage : | 45 minutes | Farine pour le plan de travail |
| Cuisson au four : | 10 à 12 minutes | |

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte et, avec le bord plan, divisez-la en 12 parts d'environ 70 g. Façonnez chaque pièce en boule (voir page 28), couvrez d'un linge et laissez reposer 5 minutes.
- Éparpillez les graines de pavot sur une assiette, remplissez d'eau un petit récipient plat. Aplatissez avec la paume une pièce de pâte, trempez-en le dessus dans l'eau et passez-le sans tarder dans les graines de pavot en appuyant sur l'assiette. Transférez la pièce sur le plan de travail légèrement fariné, graines sur le dessus, aplatissez un peu la pâte avec la main. Avec l'un des petits côtés d'une carte en plastique au format d'une carte de paiement, pratiquez dans la pâte une entaille allant jusqu'au plan de travail, centrée par rapport au milieu du pâton. Traversez ensuite la pâte avec deux autres entailles symétriques elles aussi, de façon à obtenir six angles égaux autour du centre. Du bout des doigts, détachez délicatement la pièce et repoussez les pointes de l'étoile vers le haut et l'extérieur. Procédez de même pour les autres pièces de pâte. Placez les étoiles à l'endroit sur une plaque de four, couvrez d'un linge et laissez lever environ 45 minutes jusqu'à ce que les pâtons aient pratiquement doublé de volume.
- Transférez les pâtons dans le four préalablement préchauffé, vaporisez de l'eau à l'intérieur du four et faites cuire de 10 à 12 minutes. Sortez-les du four et laissez-les refroidir sur une grille.



Pain multigrain brun

Pour réaliser ce pain tout simple et croquant, évoquant le terroir, j'incorpore une farine multigrain.

| | | |
|--------------------------|-----------------|--|
| Quantité : | 2 miches | 200 g de farine complète ordinaire |
| Préparation : | 15 minutes | 175 g de farine blanche ordinaire (type 55) |
| Repos : | 1 heure 10 | 125 g de mélange multigrain de farines, et un peu plus pour l'enrobage |
| Levage : | 1 heure | 10 g de levure |
| Cuisson au four : | 15 à 20 minutes | 10 g de sel |
| | | 340 g d'eau (soit 34 cl) |
| | | Beurre pour le graissage |

Préparation

Graissez au beurre 2 moules à cake de 500 g (de 20 à 22 cm de long). Préchauffez le four à 250 °C (therm. 8-9). Mélangez les trois types de farine et émiettez la levure du bout des doigts, comme pour un crumble. Ajoutez le sel et l'eau, puis réalisez la pâte en suivant les indications des pages 22 à 25. Moulez la pâte en boule (voir page 25), placez-la dans un récipient creux légèrement fariné, couvrez d'un linge et laissez reposer 1 heure.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur le plan de travail et divisez-la en deux parts égales. Façonnez chaque pièce en boule, couvrez d'un torchon et laissez reposer encore 10 minutes.
- Moulez chaque pièce en miche (voir page 31), badigeonnez au pinceau le dessus avec un peu d'eau et passez-le dans le mélange multigrain. Transférez dans les moules à cake, couvrez d'un autre linge et laissez lever pendant environ 1 heure, jusqu'à ce que les pâtons aient pratiquement doublé de volume.
- Ouvrez le four préalablement préchauffé, vaporisez un peu d'eau à l'intérieur. Glissez sans tarder les miches sur la pierre à pain ou sur la plaque toute chaude, refermez la porte et faites cuire de 15 à 20 minutes. Sortez-les du four et laissez-les refroidir sur une grille.



Pain aux raisins secs, noisettes et échalotes

Ce pain est délicieux tartiné de fromage et accompagné de jambon avec une moutarde de bonne qualité. Les échalotes confites apportent une note de douceur s'associant bien aux noisettes.

| | | | |
|--------------------------|----------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| Quantité : | 2 miches | 1 pâton de pâte brune | Huile |
| Préparation : | 45 minutes | (voir page 93) | 1 noix de beurre |
| Repos : | 1 heure 30 | 1 cuillerée à café de miel | 80 g d'échalotes |
| Levage : | 1 heure à 1 heure 15 | liquide de bonne qualité, | détaillées en rondelles |
| Cuisson au four : | 30 minutes | de préférence d'origine bio | 80 g de noisettes broyées |
| | | | 80 g de raisins secs |

Réalisation

- Mettez les échalotes dans une poêle très chaude avec l'huile et le beurre et faites-les revenir en remuant de temps à autre jusqu'à ce qu'elles soient ramollies et aient pris une coloration brune. Ajoutez alors les noisettes, mélangez le tout, cuisez 1 minute à feu moyen, puis les raisins secs, remuez et poursuivez la cuisson pendant 30 secondes. Écartez du feu, transférez le contenu sur une assiette, laissez refroidir.
- Réalisez la pâte en suivant les indications de la page 22. Ajoutez le miel en même temps que le sel et l'eau. Incorporez le mélange à base d'échalotes à la fin du travail de la pâte à la main ou au malaxeur, puis continuez à travailler pour bien répartir le tout. Façonnez la pâte en boule (voir page 25), transférez-la dans un récipient creux légèrement fariné, couvrez d'un linge et laissez reposer 45 minutes. Retournez alors la pâte sur le plan de travail et façonnez-la à nouveau en boule ; replacez-la dans le récipient creux, couvrez et laissez encore reposer 45 minutes.
- Farinez légèrement le plan de travail. Divisez la pâte en deux parts égales, moulez chaque pièce en miche (voir page 31). Saupoudrez légèrement de farine complète un torchon tapissant un plateau, pratiquez dans le linge un pli destiné à isoler les pâtons et leur éviter tout contact au levage. Posez les miches à l'envers, couvrez d'un autre torchon et laissez lever pendant 1 heure à 1 heure 15, jusqu'à ce que les pâtons aient pratiquement doublé de volume.
- Retournez les miches, placez-les sur une plaque plate. Avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez une entaille d'environ 5 mm de profondeur suivant une ligne médiane verticale. Vaporisez de l'eau à l'intérieur du four préchauffé, glissez les pâtons sur la pierre à pain ou sur la plaque chaude. Faites cuire les miches environ 30 minutes jusqu'à ce qu'elles soient bien colorées ; elles doivent sonner creux quand on en tapote la base avec le doigt. Sortez-les du four et laissez-les refroidir sur une grille.



Pain aux noix de pécan et aux canneberges

Ce pain est parfait servi avec un fromage à pâte persillée, comme le roquefort ou le bleu. Le choix des ingrédients tient d'un heureux hasard : j'avais des noix de pécan et pensais aux fêtes de fin d'année et donc à la canneberge, une baie voisine de l'airelle qui accompagne traditionnellement la dinde rôtie en Amérique du Nord.

| | | |
|--------------------------|--|---|
| Quantité : | 1 grande miches ou 2 petites | 1 pâton de pâte brune (voir page 93) |
| Préparation : | 20 minutes | 100 g de noix de pécan |
| Repos : | 1 heure 05 | 100 g de canneberges séchées |
| Levage : | 1 heure | 1 zeste de grosse orange |
| Cuisson au four : | 20 minutes (petites miches), ou 40 minutes (grande miche) | |

Préparation

Écrasez les noix de pécan au pilon dans un mortier ou à l'aide de l'extrémité d'un rouleau à pâtisserie.

Mélangez les noix de pécan, les canneberges et le zeste d'orange.

Réalisez la pâte brune en suivant les indications de la page 22, mais en ajoutant le mélange de fruits à la fin du travail de la pâte à la main ou au malaxeur, puis continuez à pétrir pour bien répartir le mélange.

Façonnez la pâte en boule (voir page 25), placez-la dans un récipient creux légèrement fariné, couvrez d'un linge et laissez reposer 1 heure.

Réalisation

- Retournez la pâte sur un plan de travail bien fariné ; divisez-la en deux parts égales si vous souhaitez réaliser deux petites miches et non un gros pain. Façonnez en boule, laissez à nouveau reposer 5 minutes.
- Moulez à nouveau en boule bien serrée, placez la pâte face la moins bombée dans un paneton d'osier fariné ou, à défaut, dans un récipient creux tapissé d'un linge bien fariné. Couvrez d'un autre torchon, laissez lever pendant environ 1 heure, jusqu'à ce que la pâte ait pratiquement doublé de volume.
- Sortez la pâte, placez-la sur une pelle à pain ou une plaque de four plate. Avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez une entaille en forme de croix sur le dessus. Ouvrez le four préalablement préchauffé, vaporisez de l'eau à l'intérieur. Glissez sans tarder le ou les pâtons sur la pierre à pain ou sur la plaque retournée bien chaude, refermez la porte. Si vous avez enfourné deux petits pâtons, faites-les cuire à 220 °C (therm. 7-8) pendant 5 minutes puis réduisez la chaleur à 200 °C (therm. 6-7) et poursuivez la cuisson pendant 15 minutes. Si vous avez préparé un seul gros pâton, faites-le séjourner dans le four 5 minutes à 220 °C, puis de 30 à 35 minutes à 200 °C. Sortez du four et laissez refroidir sur une grille.



Pain complet 100%

Ce pain est certes plus lourd, mais il l'est en fait moins que bien des pains confectionnés avec uniquement de la farine complète, car il est réalisé avec un ferment spécial introduit en France par des boulangers polonais. Ce ferment, tout en augmentant la saveur et le caractère du pain, contribue à le rendre plus léger.

| | | | |
|--------------------------|---|---|---|
| Quantité : | 2 miches | Pour le ferment « polonais » | 250 g de farine complète |
| Préparation : | 15 minutes | 5 g de levure (fraîche dans la mesure du possible) | 5 g de levure (fraîche dans la mesure du possible) |
| Repos : | 3 à 6 heures pour le ferment, 30 minutes pour le pain | 250 g d'eau tiède (soit 25 cl) | 10 g de sel |
| Levage : | 1 heure | 250 g de farine complète | 80 g d'eau (soit 8 cl) |
| Cuisson au four : | 30 à 35 minutes | | Beurre pour le graissage |

Préparation

Graissez avec le beurre deux moules à cake de 500 g (de 20 à 22 cm de long). Commencez par réaliser le ferment. Battez la levure dans l'eau jusqu'à ce qu'elle soit dissoute, puis ajoutez la farine et fouettez le tout de façon à obtenir une sorte de pâte à crêpe. Couvrez d'un linge et laissez reposer au moins 3 heures, sans excéder 5 heures, jusqu'à ce que le mélange ait pratiquement doublé de volume. Le ferment est prêt quand il forme un dôme légèrement aplati ; à ce stade, procédez très rapidement, sous peine de voir le ferment s'effondrer sur lui-même. Ajoutez le reste des ingrédients, mélangez bien en vous aidant de la raclette. Travaillez alors la pâte en suivant les indications des pages 24 et 25, jusqu'à ce qu'elle soit bien souple et n'adhère plus aux doigts ou au plan de travail. Façonnez cette pâte en boule, transférez-la dans un récipient creux légèrement fariné, couvrez d'un linge et laissez reposer 15 minutes. Préchauffez le four à 250 °C (therm. 8-9).

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur le plan de travail et divisez-la en deux parts. Formez chaque pièce en boule, couvrez d'un torchon et laissez reposer encore 15 minutes.
- Moulez les deux pièces de pâte en miches bien serrées (voir page 31), transférez-les dans les moules à cake graissés. Couvrez d'un linge et laissez reposer environ 1 heure, jusqu'à ce qu'elles aient pratiquement doublé de volume.
- Saupoudrez le dessus des pâtons avec un peu de farine complète, transférez les miches dans le four préchauffé. Juste avant de refermer la porte, vaporisez de l'eau à l'intérieur du four. Faites cuire de 30 à 35 minutes, jusqu'à ce que les miches sonnent creux quand on en tapote la base avec le doigt. Sortez-les du four et laissez refroidir-les sur une plaque.



4. Pâte au seigle

Seigle : rugueux, grenu, sombre



On a souvent tendance à associer le seigle aux pains lourds et noirs typiques des pays scandinaves et germaniques. Or, quand on mélange une farine blanche ordinaire avec de la farine de seigle, on obtient un pain rustique à la texture allégée et à la saveur renforcée. La pâte ayant servi à le confectionner peut être enrichie d'ingrédients aussi divers que des olives, des fruits de toutes sortes, ou encore des épices. Si vous aimez le pain de seigle bien foncé, augmentez la proportion de farine de seigle par rapport à la farine blanche ; procédez inversement si vous préférez un pain plus neutre.

400 g de farine blanche ordinaire (type 55)

100 g de farine de seigle

10 g de levure (fraîche dans la mesure du possible)

10 g de sel

350 g d'eau (soit 35 cl – mais une pesée donne une mesure plus précise)

Préchauffez le four à 250 °C (therm. 8-9). Mélangez les deux types de farine puis incorporez la levure en travaillant du bout des doigts, comme pour un crumble. Ajoutez le sel et l'eau, puis travaillez la pâte en suivant les indications des pages 22 à 25 ; toutefois, surveillez plus attentivement l'évolution de la masse pour y ajouter éventuellement des ingrédients supplémentaires au moment indiqué par la recette suivie.

pain au
cidre



pain de
seigle brun



pain de
campagne



pain de
seigle
au carvi
et aux
raisins
secs



pain
aux
olives



couronne
aux noix



pain à
l'anis et
à la bière
Guinness



in au
con
mé et
oignon
uge



Couronne aux noix

Ce pain délicieux peut être enrichi de dattes ou de raisins secs qui se marient très bien avec le seigle et les noix. Réduisez alors à 150 g le poids de noix et ajoutez 125 g de dattes hachées ou de raisins secs.

Quantité : 2 couronnes

Préparation : 30 minutes

Repos : 1 heure 05

Levage : 1 heure

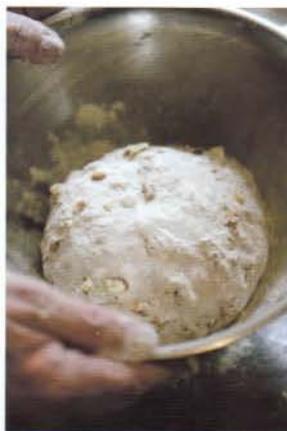
Cuisson au four : 20 minutes

1 pâton de pâte au seigle (voir page 117)

200 g de noix débarrassées de leur pellicule, écrasées au pilon dans un mortier ou au rouleau à pâtisserie – quand elle est concassée, la noix libère plus facilement son huile.

Réalisation

- Réalisez la pâte en suivant les indications des pages 22 à 25. Ajoutez les noix à la fin du travail à la main ou au malaxeur, continuez à travailler pour bien répartir les noix. Façonnez la pâte en boule, transférez-la dans un récipient creux légèrement fariné, couvrez d'un linge et laissez reposer pendant 1 heure.
- Retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et divisez-la en deux parts égales. Façonnez chaque pièce en boule ; couvrez d'un torchon et laissez reposer encore 5 minutes, puis moulez à nouveau en boule serrée. Avec l'extrémité du rouleau à pâtisserie, percez chaque boule en son milieu. Farinez-vous les mains, écartez l'ouverture jusqu'à ce qu'elle ait à peu près la taille d'un poing serré ; plus petite, elle risquerait de se refermer au levage. Posez les pâtons sur un linge légèrement fariné, couvrez d'un autre torchon et laissez lever pendant 1 heure environ, jusqu'à ce qu'ils aient pratiquement doublé de volume.
- Transférez-les alors sur une pelle à pain ou une plaque plate. Avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez sur le dessus trois entailles figurant grossièrement un triangle rectangle. Ouvrez le four préchauffé, vaporisez de l'eau à l'intérieur, glissez les couronnes sur la pierre à pain ou sur la plaque. Réduisez la chaleur à 220 °C (therm. 7-8), pendant 5 minutes, puis 15 minutes à 200 °C (therm. 6-7). Sortez-les du four et laissez-les refroidir sur une grille.





Pain aux olives

Cette miche est inspirée des superbes pains de campagne aux olives noires que l'on trouve sur les marchés de Provence : c'est un délice.

| | | |
|--------------------------|-----------------|---|
| Quantité : | 3 miches | 1 pâton de pâte au seigle (voir page 117) ayant reposé 1 heure |
| Préparation : | 40 minutes | 100 g de pâte d'olives |
| Repos : | 1 heure | Farine pour le plan de travail et le saupoudrage |
| Levage : | 1 heure | |
| Cuisson au four : | 18 à 20 minutes | |

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et divisez-la en trois parts égales. Aplatissez chaque pièce avec la paume de façon à obtenir un rectangle grossier. Étalez sur la surface environ 2 cuillerées à soupe de pâte d'olives, repliez puis formez les pièces en miches (voir page 31).
- Placez les miches sur un linge légèrement fariné, soudure vers le bas, saupoudrez-les de farine, pratiquez dans le linge un pli destiné à isoler les pâtons et leur éviter tout contact au levage. Couvrez d'un autre torchon, laissez lever environ 1 heure jusqu'à ce que les miches aient pratiquement doublé de volume.
- Transférez les pâtons sur une pelle à pain ou sur une plaque plate, pratiquez une entaille sur toute leur hauteur avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau. Ouvrez le four préalablement préchauffé, vaporisez de l'eau à l'intérieur, glissez sans tarder les miches sur la pierre à pain ou sur la plaque toute chaude, refermez la porte. Faites cuire de 18 à 20 minutes ; les pains sont cuits s'ils sonnent creux quand on en tapote la base avec le doigt. Sortez-les du four et laissez-les refroidir sur une grille.

Pâte d'olives (pour 200 g)

Égouttez et dénoyotez 180 g d'olives picholines ou d'une variété voisine (vertes ; charnues et croquantes). Passez-les au robot mixer avec 2 cuillerées à café d'herbes de Provence et 20 g d'huile d'olive vierge extra, jusqu'à obtention d'une pâte grossière qui se garde quelques jours dans un récipient hermétique. Vous pouvez aussi la conserver plusieurs semaines au congélateur ; au moment de l'utiliser, faites-la décongeler à température ambiante et rafraîchissez-la avec quelques gouttes de jus de citron avant de l'étaler sur la pâte.



Pain de seigle au carvi et aux raisins secs

Il est assez classique d'associer le seigle et le carvi, et la note sucrée apportée par les raisins secs se marie bien avec les fromages, notamment à pâte persillée. Personnellement, j'adore le carvi et l'arôme qu'il dispense en cours de cuisson ; si vous l'aimez modérément, réduisez la quantité indiquée.

| | | |
|--------------------------|------------|--|
| Quantité : | 2 miches | 1 pâton de pâte au seigle (voir page 117) |
| Préparation : | 20 minutes | 250 g de raisins secs |
| Repos : | 1 heure 10 | 1 cuillerée à café de graines de carvi |
| Levage : | 1 heure | Farine pour le plan de travail et le saupoudrage |
| Cuisson au four : | 30 minutes | |

Préparation

Brassez les raisins secs et les graines de carvi.

Réalisez la pâte selon les indications des pages 22 à 25, ajoutez les fruits et le carvi à la fin du travail de la pâte à la main ou au malaxeur, continuez à travailler pour bien répartir les ingrédients. Façonnez alors la pâte en boule (voir page 25), placez-la dans un récipient creux légèrement fariné, couvrez d'un linge et laissez reposer pendant 1 heure.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et divisez-la en deux parts égales. Moulez chaque pièce en boule, couvrez d'un linge et laissez encore reposer 10 minutes.
- Moulez chaque pièce en miche bien serrée (voir page 31) d'environ 20 cm de longueur. Farinez légèrement un torchon, posez les miches dessus, soudure vers le haut ; pratiquez dans le linge un pli destiné à isoler les pâtons et leur éviter tout contact au levage. Couvrez d'un autre torchon et laissez lever environ 1 heure, jusqu'à ce que la pâte ait pratiquement doublé de volume.
- Retournez les pâtons, transférez-les sur une pelle à pain ou une plaque plate. Avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez une entaille le long d'une ligne médiane puis quatre entailles en diagonale de chaque côté de cette ligne de façon à suggérer une feuille. Vaporisez de l'eau à l'intérieur du four, glissez les miches sur la pierre à pain ou sur la plaque retournée bien chaude, refermez sans tarder. Réduisez la chaleur à 220 °C (therm. 7-8), faites cuire 30 minutes. Les pains sont prêts s'ils sonnent creux quand on en tapote la base avec le doigt. Sortez-les du four et laissez-les refroidir sur une grille.





Pain au bacon fumé et à l'oignon rouge

Le bacon fumé se marie très bien avec l'oignon rouge, et leur association donne un pain idéal pour confectionner des sandwiches ou accompagner une salade, de foies de volaille par exemple. Le vinaigre balsamique ne servant qu'à déglacer une poêle, un produit de la meilleure qualité n'est pas indispensable.

| | | |
|--------------------------|------------------|---|
| Quantité : | 4 petites miches | 1 pâton de pâte au seigle (voir page 117) |
| Préparation : | 30 minutes | 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive |
| Repos : | 1 heure 10 | 8 tranches épaisses de bacon fumé et séché, détaillé en lanières |
| Levage : | 1 heure 15 | 1 gros oignon rouge détaillé en minces tranches |
| Cuisson au four : | 20 minutes | 1 cuillerée à soupe de vinaigre balsamique Farine pour le saupoudrage |

Réalisation

- Préchauffez le four à 250 °C (therm. 8-9). Chauffez l'huile dans une poêle, faites rissoler le bacon environ deux minutes à feu moyen jusqu'à ce qu'il commence à prendre couleur et à devenir croquant. Ajoutez l'oignon, poursuivez la cuisson deux minutes. Déglacez au vinaigre pour décoller les sucs. Faites refroidir dans un plat à part.
- Réalisez la pâte selon les indications des pages 22 à 25, ajoutez le mélange à base de bacon à la fin du travail de la pâte à la main ou du séjour au malaxeur, continuez à traiter la masse pour bien répartir les ingrédients. Façonnez alors la pâte en boule (voir page 25), placez-la dans un récipient creux légèrement fariné, couvrez d'un linge et laissez reposer pendant 1 heure.
- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et divisez-la en quatre parts égales. Moulez chaque pièce en boule, couvrez avec un torchon et laissez encore reposer 10 minutes. Façonnez à nouveau les pièces en boules bien serrées. Farinez légèrement un linge, posez dessus les boules de pâte, côté lisse sur le dessus. Couvrez, laissez lever pendant environ 1 heure 15 jusqu'à ce que les pièces de pâte aient pratiquement doublé de volume.
- Transférez les pièces sur une pelle en bois ou sur une plaque plate. Pratiquez une entaille circulaire avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau. Vaporisez de l'eau à l'intérieur du four, glissez-y sans tarder les pâtons sur la pierre à pain ou sur la plaque retournée toute chaude. Réduisez la chaleur à 220 °C (therm. 7-8), faites cuire 5 minutes, puis poursuivez la cuisson pendant encore 15 minutes à 190 °C (therm. 6-7). Les miches sont cuites si elles sonnent creux quand on en tapote la base avec le doigt. Sortez-les du four et laissez-les refroidir sur une grille.



Pain au cidre

L'enrichissement d'une pâte avec du cidre ou de la bière blonde fait partie des traditions ; il donne au pain une note très rustique, et la présence de pâte fermentée au seigle permet d'en renforcer les arômes. Voici un pain au cidre qui accompagnera magnifiquement un jambon fumé ou un bon fromage. La recette fait intervenir une plus grande quantité de farine que spécifié page 117, car je trouve que le ferment est plus efficace avec une masse de pâte plus importante.

| | | | |
|--------------------------|---|--|---|
| Quantité : | 4 miches | Pour le ferment : | 10 g de levure (fraîche dans la mesure du possible) |
| Préparation : | 20 minutes | 1/2 pignon de pâte au seigle (voir page 117) ayant fermenté pendant | 750 g de farine blanche ordinaire (type 55) |
| Repos : | 4 à 6 heures pour le ferment, 1 heure 30 pour la pâte | 4 à 6 heures | 250 g de farine de seigle |
| Levage : | 1 heure 15 à 1 heure 30 | | 20 g de sel |
| Cuisson au four : | 45 minutes | | 450 g de cidre brut 150 g d'eau (soit 15 ml) Farine pour le saupoudrage |

Réalisation

- À l'aide de la raclette, transférez le ferment d'une seule pièce dans un récipient creux, puis ajoutez le reste des ingrédients, le cidre en même temps que l'eau. Réalisez la pâte en suivant les indications des pages 22 à 25. Façonnez-la en boule (voir page 25), placez-la dans un récipient, couvrez d'un linge et laissez-la reposer 45 minutes.
- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné. Façonnez-la à nouveau en boule, transférez-la dans le récipient, couvrez et laissez-la reposer encore 45 minutes.
- Avec la raclette, retournez la pâte sur le plan de travail légèrement fariné et divisez-la en quatre parts égales. Farinez un peu deux torchons, moulez les pièces de pâte en miches (voir page 31) et posez-les deux par deux sur les linges, de part et d'autre d'un pli destiné à isoler les pâtons et à leur éviter tout contact au levage. Couvrez, laissez reposer de 1 heure 15 à 1 heure 30, jusqu'à ce qu'ils aient pratiquement doublé de volume.
- Retournez les pâtons, placez-les sur une pelle à pain ou sur une plaque plate. Avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez une entaille suivant une ligne médiane verticale. Vaporisez de l'eau à l'intérieur du four préalablement préchauffé, glissez les pâtons sur la pierre à pain ou sur la plaque retournée toute chaude. Faites cuire 10 minutes, puis réduisez la chaleur à 200 °C (therm. 6-7) et poursuivez la cuisson pendant 35 minutes jusqu'à ce que les miches soient bien colorées. Elles sont prêtes si elles sonnent creux quand on en tapote la base avec le doigt. Sortez-les du four et laissez-les refroidir sur une plaque.

Pain à l'anis et à la bière Guinness

Le cocktail *Black Velvet* se prépare avec de la bière Guinness et du champagne, mais j'ai appris que l'on pouvait en réaliser une variante en mélangeant de la bière avec du pastis. On retrouve ici cette association dans un pain accompagnant parfaitement les fruits de mer, notamment les huîtres.

| | | |
|--------------------------|-------------|---|
| Quantité : | 3 miches | 25 g de levure (fraîche dans la mesure du possible) |
| Préparation : | 30 minutes | 700 g de bière Guinness (soit 70 cl) à température ambiante. |
| Repos : | 3 heures 35 | 250 g de farine de seigle |
| Levage : | 1 heure 30 | 750 g de farine blanche ordinaire (type 55) |
| Cuisson au four : | 30 minutes | 20 g de sel |
| | | 1 cuillerée à soupe de pastis |
| | | Farine pour le saupoudrage |

Réalisation

- Dans un grand récipient creux, battez la levure dans la bière jusqu'à ce qu'elle soit totalement dissoute ; ajoutez alors la farine de seigle et 400 g de farine blanche et fouettez le tout jusqu'à obtention d'un mélange épais. Couvrez d'un linge et laissez reposer 2 heures.
- Préchauffez le four à 250 °C (therm. 8-9). Ajoutez dans le récipient les ingrédients restants, mélangez bien. Réalisez alors la pâte en suivant les indications des pages 22 à 25 jusqu'à obtention d'une pâte souple, élastique et n'adhérant plus aux doigts. Façonnez cette pâte en boule, placez-la dans un récipient creux légèrement fariné, couvrez avec un torchon et laissez reposer 45 minutes.
- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné. Façonnez-la à nouveau en boule, transférez-la dans le récipient, couvrez et laissez à nouveau reposer 45 minutes. Puis, avec la raclette, retournez-la et divisez-la en trois parts égales. Moulez chaque pièce en boule, laissez reposer encore 5 minutes sous un linge. Disposez deux torchons sur une plaque de four, farinez légèrement. Moulez les pièces de pâte en miches (voir page 31), transférez-les sur les torchons en les espaçant bien. Couvrez d'un linge, laissez lever pendant environ 1 heure 30 jusqu'à ce que la pâte ait pratiquement doublé de volume.
- Placez les pâtons sur une pelle à pain ou sur une plaque de four plate. Avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez sur chaque miche deux entailles en diagonale. Vaporisez de l'eau à l'intérieur du four, glissez les pâtons sur la pierre à pain ou sur la plaque retournée toutes chaudes. Faites cuire 5 minutes puis réduisez la chaleur à 220 °C (therm. 7-8) et poursuivez la cuisson pendant encore 25 minutes, jusqu'à ce que les miches aient pris une coloration bien foncée. Le pain est prêt s'il sonne creux quand on en tapote la base avec le doigt. Sortez-le du four et laissez-le refroidir sur une grille.



Pain de campagne

Le pain de campagne est en quelque sorte le petit frère du pain au levain, qui connaît un regain de faveur mais dont la fabrication traditionnelle implique la réalisation d'un ferment sans recours à la levure du commerce. Au cours de ce long processus faisant appel aux levures présentes naturellement dans l'air, la pâte fermente très lentement ; c'est précisément ce qui donne au pain son parfum robuste si caractéristique. Le pain de campagne classique se conserve quelques jours et, au fil du temps, ses saveurs et ses arômes évoluent vers la maturité. Il est succulent grillé ou encore frotté d'ail ou de tomate.

| | | | |
|--------------------------|--|---|---|
| Quantité : | 2 miches | Pour le ferment : | 500 g de farine blanche à pain ordinaire (type 55) |
| Préparation : | 30 minutes | 1/2 pâton de pâte au seigle (voir page 117) ayant fermenté dans un récipient creux recouvert de film étirable pendant 4 à 6 heures, ou toute une nuit au réfrigérateur avant d'être ramenée à température ambiante | 100 g de farine de seigle |
| Repos : | 4 à 6 heures pour le ferment, 2 heures 30 pour la pâte | | 5 g de levure (fraîche dans la mesure du possible) |
| Levage : | 1 heure 15 | | 15 g de sel |
| Cuisson au four : | 30 à 35 minutes | | 400 g d'eau (soit 40 cl) Farine pour le plan de travail et le saupoudrage |

Réalisation

- À l'aide de la raclette, transférez le ferment d'une pièce dans un grand récipient creux puis ajoutez les autres ingrédients. Réalisez la pâte en suivant les indications des pages 22 à 25, en la travaillant jusqu'à ce qu'elle soit lisse, souple et élastique, et qu'elle n'adhère plus aux doigts. Façonnez-la en boule (voir page 25), placez-la dans un récipient creux légèrement fariné, couvrez d'un linge et laissez reposer 1 heure.
- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez cette pâte sur un plan de travail légèrement fariné. Façonnez-la à nouveau en boule, transférez-la dans le récipient, couvrez et laissez reposer encore 1 heure.
- Répétez l'opération, avec cette fois une phase de repos de 30 minutes. À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez cette pâte sur un plan de travail bien fariné. Divisez-la en deux parts d'environ 600 g chacune, façonnez chaque pièce en boule. Farinez légèrement deux panetons d'osier ou, des torchons tapissant des récipients creux, mais alors plus généreusement. Placez-y les boules, suture vers le dessous. Couvrez, laissez lever pendant environ 1 heure 15, jusqu'à ce que la pâte ait pratiquement doublé de volume.
- Placez les miches sur une pelle à pain ou une plaque de four plate, suture vers le dessous. Avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez sur chaque pâton une entaille circulaire. Vaporisez de l'eau à l'intérieur du four préchauffé, glissez sans tarder les miches sur la pierre à pain ou sur la plaque retournée toute chaude, faites cuire 5 minutes. Réduisez alors la chaleur à 220 °C (therm. 7-8) et poursuivez la cuisson pendant 25 à 30 minutes jusqu'à ce que les pains aient pris une coloration brun foncé. Ils sont prêts s'ils sonnent creux quand on en tapote la base avec le doigt. Sortez-les du four et laissez-les refroidir sur une grille.





Pain de seigle brun

Voici un pain un peu plus complexe, aux arômes renforcés par un ferment « polonais » (voir page 114). Un pain doit toujours refroidir avant d'être consommé, mais c'est particulièrement vrai pour celui-ci qui, tiède, est très indigeste. N'hésitez pas à laisser plusieurs heures s'écouler avant d'en découper des tranches.

| | | | |
|--------------------------|---|---|---|
| Quantité : | 2 miches | Pour le ferment « polonais » | 200 g de farine de seigle |
| Préparation : | 30 minutes | 6 g de levure (fraîche dans la | 210 g de farine blanche |
| Repos : | 3 à 5 heures pour le ferment, 1 heure 35 pour la pâte | mesure du possible) | ordinaire (type 55) |
| | | 275 g d'eau tiède (soit 27,5 cl) | 15 g de sel |
| | | 250 g de farine de seigle | 115 g d'eau tiède (soit 11,5 cl) |
| Levage : | 1 heure | | Farine pour le saupoudrage |
| Cuisson au four : | 45 à 50 minutes | | |

Préparation

Commencez par réaliser le ferment. Battez la levure dans l'eau jusqu'à ce qu'elle soit dissoute, puis ajoutez la farine et fouettez le tout de façon à obtenir une sorte de pâte à crêpe. Couvrez d'un linge et laissez reposer au moins 3 heures, sans excéder 5 heures. Le ferment est prêt quand, après avoir formé un dôme, il a commencé à légèrement s'aplatir ; utilisez-le alors très rapidement, sous peine de le voir s'effondrer sur lui-même. Ajoutez le ferment au reste des ingrédients, mélangez bien avec la raclette. Travaillez alors la pâte à la main ou au malaxeur en suivant les indications des pages 24 et 25. Façonnez cette pâte en boule (voir page 25), placez-la dans un récipient creux légèrement fariné, couvrez d'un linge et laissez reposer 45 minutes. Préchauffez le four à 250 °C (therm. 8-9).

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné. Façonnez-la à nouveau en boule, transférez-la dans le récipient, couvrez et laissez reposer encore 45 minutes.
- Toujours avec la raclette, retournez la pâte sur le plan de travail légèrement fariné et divisez-la en deux parts égales. Moulez chaque pièce en boule, couvrez d'un torchon, laissez reposer 5 minutes. Tapissez deux panetons ou deux récipients creux de linges bien farinés, façonnez les pièces en boules serrées. Placez-les, soudure vers le dessous, sur ces linges, couvrez et laissez-les lever environ 1 heure, jusqu'à ce qu'ils aient pratiquement doublé de volume.
- Placez les pâtons sur une pelle à pain ou sur une plaque de four plate, la soudure vers le dessous. Pratiquez sur chacun quatre entailles, deux parallèles et les autres perpendiculaires aux premières. Ouvrez le four préchauffé, vaporisez de l'eau à l'intérieur, glissez sans tarder les pâtons sur la pierre à pain ou sur la plaque retournée bien chaude. Faites cuire 5 minutes, puis réduisez la chaleur à 200 °C (therm. 6-7) et poursuivez la cuisson pendant 40 à 45 minutes. Les pains sont prêts s'ils ont pris une coloration très foncée et sonnent creux quand on en tapote la base avec le doigt. Sortez-les du four et laissez-les refroidir sur une grille.

5. Pâte sucrée

Sucré : harmonieux, agréable



Nous sommes ici à mi-chemin entre la pâte à brioche et la pâte à pain, dans la famille des préparations à base de lait. J'aime cette pâte où le sucre est suffisamment discret pour qu'elle puisse être enrichie de chocolat, et où le lait et le beurre ne sont pas trop présents au point d'alourdir le pain. Les pains tout simples réalisés avec cette pâte accompagnent très bien le foie gras.

Pour toutes les recettes proposées dans ce chapitre, préchauffez le four à 220 °C (therm. 7-8) et non plus à 250 °C (therm. 8-9).

250 g de lait entier (soit 25 cl – mais une pesée donne une mesure plus précise)

15 g de levure (fraîche dans la mesure du possible)

500 g de farine à pain ordinaire (type 55)

60 g de beurre doux à température ambiante

40 g de sucre en poudre

10 g de sel

2 œufs de gros calibre

Réalisation de la pâte

- Versez le lait dans une casserole et chauffez-le à feu doux jusqu'à ce qu'il soit à peu près à la température du corps de sorte que, lorsque vous travaillerez la pâte à la main, vous n'ayez aucune sensation de chaleur ou de froid. Vous pouvez aussi chauffer le lait pendant environ 30 secondes dans un four à micro-ondes réglé à puissance maximale.

- Pour réaliser la pâte à la main, émiettez la levure en travaillant du bout des doigts, comme pour un crumble. Faites de même pour le beurre, puis ajoutez le sucre et le sel et enfin les œufs. Mélangez le tout, puis suivez les indications des pages 22 à 25 ; toutefois, surveillez plus attentivement l'évolution de la masse pour y ajouter éventuellement des ingrédients supplémentaires au moment indiqué par la recette suivie.



tranche
lard



miche
à l'orange
et à la
menthe



pain
viennois



beignet



petit pain
sucré



pain
brioché
aux fruits



scone



ack
lat

ux
ts
les

Miche à l'orange et à la menthe

J'ai réalisé ce pain en expérimentant un pudding à la marmelade à base de brioche et de Grand Marnier. Au lieu de partir d'une pâte à brioche, je voulais réussir un pain capable de restituer tout le parfum et la saveur de cette liqueur. Travaillant autour de la présence d'orange, j'ai testé une infusion de menthe dans le lait : j'ai obtenu un magnifique pain qui se conservait plusieurs jours. En toasts servis avec du beurre de menthe, il était encore meilleur. Je l'ai aussi essayé au petit déjeuner, avec des œufs brouillés et du bacon.

| | | |
|--------------------------|--------------------------|---|
| Quantité : | 2 grandes miches | 1 pâton de pâte sucrée (voir page 137) |
| Préparation : | 20 minutes | 1 bouquet de menthe fraîche |
| Infusion : | 1 heure (pour la menthe) | 2 zestes de grosses oranges |
| Repos : | 1 heure | 1 cuillerée à soupe de Cointreau |
| Levage : | 1 heure 30 | 1 œuf battu avec une pincée de sel pour dorer la surface |
| Cuisson au four : | 22 à 32 minutes | Farine pour le saupoudrage |
| | | Beurre pour le graissage |

Préparation

Chauffez à feu doux le lait et la menthe, écarterez du feu et laissez infuser pendant 1 heure ; passez au tamis le contenu de la casserole.

Mélangez les zestes d'orange et le Cointreau. Graissez légèrement une plaque de four avec du beurre. Réalisez la pâte sucrée (voir page 137) en utilisant l'infusion de menthe. Ajoutez les zestes d'orange et le Cointreau à la fin du travail de la pâte à la main ou au malaxeur, puis continuez à travailler pour bien incorporer les ingrédients. Façonnez la pâte en boule (voir page 25), farinez légèrement un récipient creux et laissez-y reposer la pâte pendant 1 heure.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez délicatement la pâte sur un plan de travail très légèrement fariné et divisez-la en deux parts égales. Moulez chaque pièce en miche (voir page 31), placez-la sur la plaque de four graissée. Dorez le dessus des pâtons avec l'œuf battu badigeonné au pinceau, laissez sécher quelque temps. Couvrez les miches d'un linge et laissez lever pendant environ 1 heure 30 jusqu'à ce qu'elles aient pratiquement doublé de volume et offrent une consistance élastique à la pression des doigts. Badigeonnez à nouveau avec un peu d'œuf battu puis, à l'aide d'une paire de ciseaux ouverts à 45°, pratiquez des entailles sur toute la hauteur des pâtons. Transférez-les dans le four préchauffé, réduisez la chaleur à 210 °C (therm. 7) pendant 2 minutes, puis prolongez la cuisson à 200 °C (therm. 6-7) pendant 20 à 30 minutes jusqu'à ce que les miches soient brun doré foncé. Servez-les avec du beurre de menthe, les tranches pouvant éventuellement être passées au grille-pain.



Conservation au congélateur : Ces pains se conservent facilement 2 ou 3 mois dans des sacs spéciaux.

Beurre de menthe

Mixez les feuilles d'un bouquet de menthe et une demi-plaquette de beurre dans un robot ménager, conservez le mélange dans un ramequin au réfrigérateur jusqu'à utilisation.

Pudding de pain à la marmelade (pour 6 à 8 personnes)

Vous pouvez réaliser ce pudding avec deux miches à l'orange et à la menthe (voir page 140) ou avec 2 brioches achetées en boulangerie.

Préchauffez le four à 210 °C (therm. 7), et faites gonfler 200 g de raisins de Smyrne dans 4 cuillerées à soupe de Grand Marnier pendant que vous préparez les ingrédients de la crème anglaise : fendez en deux une gousse de vanille, dégagez les graines à l'aide d'un petit couteau. Portez à ébullition 1 litre de lait entier avec la gousse et les graines de vanille. Mettez dans un récipient creux 10 jaunes d'œufs et 150 g de sucre en poudre, et fouettez le mélange jusqu'à ce qu'il offre une couleur jaune paille et un aspect mousseux.

Réalisez ensuite la crème anglaise. Versez peu à peu le lait sur les jaunes d'œufs battus en fouettant en permanence. Transvasez le tout dans la casserole sur feu moyen. À l'aide d'une cuillère en bois, remuez constamment le mélange en traçant des figures de huit jusqu'à ce que le liquide ait suffisamment épaissi pour napper le dos de la cuillère. Pour vous en assurer, tracez un trait sur ce dos avec le doigt : la crème est prête si ce trait reste net. Filtrez immédiatement au tamis au-dessus d'un autre récipient creux, continuez à remuer la crème anglaise pendant 1 minute.

Découpez les miches ou les brioches en tranches d'environ 1 cm d'épaisseur. Tartinez ces tranches avec de la marmelade puis découpez-les en diagonale de façon à obtenir des pièces triangulaires. Égouttez les raisins secs et réservez le Grand Marnier. Disposez les triangles dans un plat allant au four, en faisant chevaucher les tranches sans laisser d'espace. Répartissez les raisins par-dessus, puis versez très lentement la crème anglaise pour que la mie ait le temps d'absorber le liquide. Après avoir ainsi imbibé le pudding, il vous restera une bonne quantité de crème anglaise que vous pourrez servir à part. Transférez le plat dans le four préchauffé, faites cuire de 20 à 30 minutes jusqu'à ce que le dessus du pudding ait pris une coloration brun doré.

Au moment de servir, faites chauffer le Grand Marnier dans une petite casserole puis, hors du feu, enflammez la liqueur avec une allumette. Versez-la sur le pudding, ajoutez un peu de sucre glace passé au tamis. Servez ce pudding flambé avec de la crème fraîche, de la glace à la vanille ou le restant de crème anglaise.





Pains Jack au chocolat

Mon fils Jack adore les pains aux raisins... et le chocolat. Il m'a donc harcelé pour que je trouve à les associer. Cette petite douceur étant bien riche, je ne lui en donne qu'une seule au goûter.

| | | |
|--------------------------|-------------------------|---|
| Quantité : | 24 petits pains | 1 pâton de pâte sucrée (voir page 137) |
| Préparation : | 20 minutes | 25 g de poudre de cacao pour la pâte |
| Repos : | 45 minutes | 200 g d'éclats de chocolat noir ou au lait, ou d'un mélange de ces deux sortes |
| Levage : | 1 heure 30 à 1 heure 45 | 2 œufs battus avec une pincée de sel pour dorer la surface |
| Cuisson au four : | 12 à 15 minutes | Crème pâtissière (voir page 158) 15 g de poudre de cacao pour la crème pâtissière |

Préparation

Réalisez la pâte sucrée selon les indications de la page 137, mais en ajoutant la poudre de cacao en même temps que le lait et les œufs à la fin du travail de la pâte à la main ou au malaxeur. Couvrez d'un linge, laissez reposer pendant 45 minutes à l'abri des courants d'air.

Confectionnez la crème pâtissière en suivant la recette de la page 158, mais en ajoutant au lait 15 g de poudre de cacao. Transférez-la dans un autre récipient, laissez-la refroidir.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et, avec un rouleau à pâtisserie, étalez-la délicatement de façon à lui donner la forme d'un rectangle grossier. Recouvrez-la uniformément avec la crème pâtissière chocolatée puis répartissez les éclats de chocolat. Roulez alors la pâte sur elle-même en partant d'un grand côté du rectangle puis, à l'aide d'un couteau à lame bien acérée, découpez-la en tranches de 2 cm d'épaisseur. Déposez ces tranches à plat sur une plaque de four, badigeonnez le dessus avec les jaunes d'œufs à l'aide d'un pinceau, et laissez lever pendant 1 heure 30 à 1 heure 45 jusqu'à ce qu'elles aient pratiquement doublé de volume.
- Dorez à nouveau le dessus des tranches au jaune d'œuf, transférez les petits pains dans le four préchauffé en réduisant la chaleur à 180 °C (therm. 6). Faites-les cuire de 12 à 15 minutes. La pâte étant très foncée par nature, il est difficile de déterminer à quel moment les petits pains sont cuits sans l'être trop. Le meilleur moyen pour l'évaluer consiste à soulever délicatement une pièce au moyen d'une spatule pour vérifier si le dessous est ferme et donc cuit.

Conservation au congélateur : avant levage de la pâte, posez les tranches à plat sur un petit plateau et placez celui-ci au congélateur. Une fois que le froid les aura durcis, regroupez-les dans un sac spécial congélation. Au moment de les utiliser, laissez-les lever toute une nuit à température ambiante et réalisez la cuisson comme indiqué ci-dessus.

Beignets

Attention, ces beignets se dégustent sans faim, prévoyez d'en préparer une grande quantité ! Les enfants en raffolent et, si vous parvenez à en sauver quelques-uns, vous pourrez les conserver environ deux jours au réfrigérateur à condition qu'ils ne soient pas revêtus de sucre. Ils sont un grand classique parmi les douceurs, mais je ne les aime pas du tout quand ils sont trop gras ou habillés de sucre glace.

Je reste fidèle à ceux que me préparait ma grand-mère. On les servait garnis de sucre en poudre ou fourrés de confiture ou de purée de pommes et, aujourd'hui encore, je ne les conçois pas autrement.

| | |
|--------------------------|-------------|
| Quantité : | 30 beignets |
| Préparation : | 20 minutes |
| Repos : | 1 heure |
| Levage : | 45 minutes |
| Cuisson au four : | 15 minutes |

1 pâton de pâte sucrée (voir page 137) ayant reposé 1 heure

50 cl d'huile d'arachide de bonne qualité pour la friture

Sucre en poudre pour le revêtement

Pour fourrer les beignets (facultatif)

Compote de pommes (voir page 158), crème pâtissière (voir page 158), confiture de framboise...

Farine pour le saupoudrage

Huile pour le graissage

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et façonnez-la en petites boules d'environ 30 g, puis en boules bien serrées (voir page 29). Graissez légèrement une plaque de four avec de l'huile, puis farinez-la légèrement. Disposez les pâtons sur la plaque, soudure vers le dessous, en les espaçant suffisamment pour leur éviter tout contact au levage. Couvrez d'un linge, laissez lever environ 45 minutes jusqu'à ce qu'ils aient pratiquement doublé de volume.

- Versez l'huile dans une casserole de 20 cm de diamètre sur un feu moyen ; ne prenez surtout pas un récipient plus grand, car vous n'auriez pas une profondeur d'huile suffisante. Chauffez l'huile pendant environ 15 minutes jusqu'à ce qu'elle ait atteint la température idéale de 180 °C. À l'aide d'une écumoire, prélevez un pâton et déposez-le dans l'huile. Le beignet va immédiatement commencer à grésiller sous la chaleur. Ajoutez sans tarder d'autres pâtons de façon à les faire frire par groupes de cinq. Laissez-les 30 à 45 secondes dans l'huile jusqu'à ce que les beignets commencent à prendre de la couleur, puis retournez-les et faites frire l'autre moitié. Sortez-les alors avec l'écumoire, égouttez-les sur plusieurs feuilles de papier absorbant et laissez-les refroidir.

- Juste avant de les servir, roulez les beignets dans une assiette garnie de sucre en poudre. Si vous souhaitez les fourrer, remplissez une poche à douille avec les ingrédients choisis et répartissez ceux-ci en insérant le cône dans les beignets.



Tarte aux abricots et aux amandes

Si une recette de tarte figure dans ce livre, c'est qu'elle fait intervenir une pâte levée. La pâte cerne les fruits qui, une fois au four, expriment leur jus qui pénètre ensuite le support. Agrémentées d'un peu de sucre en poudre, ces tartes sont un vrai délice.

| | | |
|--------------------------|-----------------|--|
| Quantité : | 2 tartes | 1 pâton de pâte sucrée (voir page 137) ayant reposé 1 heure |
| Préparation : | 20 minutes | 300 g de crème d'amande (voir page 158) |
| Repos : | 35 minutes | 12 à 15 abricots frais bien mûrs, ou prunes |
| Levage : | 45 minutes | 1 œuf battu avec une pincée de sel pour dorer la surface |
| Cuisson au four : | 20 à 25 minutes | Farine pour le saupoudrage |
| | | Sucre glace ou confiture d'abricot pour le décor |

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné. Divisez-la en deux parts égales, façonnez chaque pièce en boule (voir page 25). Transférez les deux pâtons dans un récipient creux, couvrez d'un linge et laissez reposer pendant 20 minutes.
- Graissez deux plaques de four, ou tapissez-les de papier sulfurisé. Étalez au rouleau à pâtisserie les deux pièces de pâte de façon à obtenir des disques de 25 à 30 cm de diamètre. Placez-les sur les plaques, laissez reposer encore 15 minutes.
- Détaillez en quatre les abricots ou les prunes. Étalez la crème d'amande sur les fonds de tarte, en partant du milieu et en vous arrêtant à environ 2,5 cm du bord. Disposez les fruits sur cette crème, peau vers le dessous, en serrant les quartiers le plus possible. Laissez les tartes lever pendant environ 45 minutes jusqu'à ce que les bords aient pratiquement doublé de hauteur.
- Badigeonnez uniformément les bords de pâte avec le jaune d'œuf. Réduisez la chaleur du four préchauffé à 200 °C (therm. 6-7), et faites cuire les tartes jusqu'à ce que les pointes des quartiers de fruits aient bruni et que la pâte soit brun doré, soit pendant environ 20 à 25 minutes. Si les fruits roussissent trop rapidement, passez à 190 °C – (toujours therm. 6-7). Sortez du four une fois les tartes prêtes, laissez-les refroidir sur une grille. Au moment de servir, saupoudrez-les avec un peu de sucre glace ou badigeonnez-les avec de la confiture d'abricot fondue à feu doux dans une casserole.



Tranches au lard

Voici une variante du traditionnel croque-monsieur, réalisée avec une pâte légèrement sucrée enrichie de sauce Béchamel et de lard fumé.

| | | |
|--------------------------|------------|---|
| Quantité : | 6 tranches | 1/2 pâton de pâte sucrée (voir page 137) ayant reposé 1 heure |
| Préparation : | 20 minutes | 200 g de sauce Béchamel (soit 20 cl) |
| Repos : | 1 heure | 1 sachet de lard fumé, de préférence bio |
| Levage : | 45 minutes | 1 œuf de moyen calibre battu avec une pincée de sel pour doré la surface |
| Cuisson au four : | 15 minutes | 100 g de gruyère ou emmental râpé |

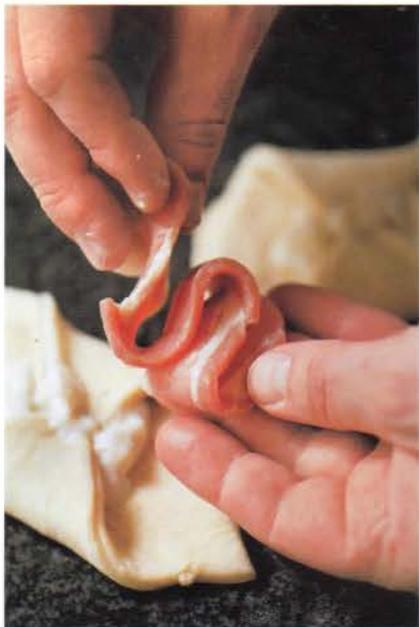
Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et façonnez-la en boule (voir page 25). Étalez-la au rouleau jusqu'à ce qu'elle atteigne approximativement 5 mm d'épaisseur, puis détaillez-la en rectangles d'environ 6 x 12 cm. Déposez au milieu d'un rectangle le contenu d'une cuillerée à soupe de béchamel, repliez les deux petits côtés sur la sauce. Posez une tranche de lard sur le dessus, transférez le tout sur une plaque de four. Procédez de même pour les autres rectangles, couvrez avec du papier sulfurisé puis avec un torchon, et laissez lever pendant 45 minutes.

- Dorez le dessus des pâtons avec les œufs battus, répandez par-dessus un peu de fromage râpé. Réduisez à 200 °C (therm. 6-7) la chaleur du four préchauffé, faites cuire les tranches pendant environ 15 minutes jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Servez-les chaudes.

Sauce Béchamel

Faites fondre à feu moyen 25 g de beurre doux dans une casserole à fond renforcé. À la formation d'une mousse, ajoutez 20 g de farine ordinaire et, hors du feu, battez-la énergiquement jusqu'à ce que tout le beurre se trouve absorbé et que vous obteniez une pâte assez épaisse n'adhérant pas à la casserole. Versez peu à peu 150 g de lait entier en fouettant constamment pour éviter l'apparition de grumeaux. Une fois que vous avez obtenu une sauce homogène, faites cuire à feu doux jusqu'à la formation de bulles. Poursuivez alors la cuisson pendant encore 1 minute, assaisonnez avec du sel, du poivre du moulin et un peu de noix de muscade râpée, et laissez refroidir. Cette recette donne 200 g de béchamel, soit 20 cl. Vous pouvez, en cours de cuisson, enrichir la sauce avec 25 à 40 g de fromage râpé, par exemple du gruyère ; dans ce cas, surveillez qu'il fonde totalement et s'incorpore parfaitement à la béchamel.





Pain brioché aux fruits

Des tranches de ce pain léger sont délicieuses passées au grille-pain puis tartinées de compote et de crème fraîche.

| | | |
|--------------------------|-----------------|--|
| Quantité : | 3 miches | 1 pâton de pâte sucrée (voir page 137) |
| Préparation : | 30 minutes | 150 g de cerises confites coupées en quatre |
| Repos : | 1 heure 05 | 50 g de zestes de 2 gros citrons et de 2 grosses oranges |
| Levage : | 1 heure 30 | 2 bonnes cuillerées à soupe de rhum |
| Cuisson au four : | 25 à 30 minutes | 125 g d'amandes effilées, et un peu plus pour recouvrir la surface |
| | | 150 g de raisins de Smyrne |
| | | 1 œuf de moyen calibre battu avec une pincée de sel pour dorer la surface |

Préparation

Graissez au beurre trois moules à cake de 500 g (20 à 22 cm de long).

Faites tremper dans le rhum les cerises et les zestes pendant toute une nuit.

Répartissez les amandes sur une plaque et faites-les griller dans un four très chaud ou au gril en les retournant de temps à autre, jusqu'à ce qu'elles aient pris une coloration brun doré ; laissez-les refroidir.

Mélangez tous les fruits y compris les amandes, ajoutez-les à la fin du travail de la pâte à la main ou au malaxeur, puis continuez à travailler pour bien répartir le tout. Façonnez la pâte en boule (voir page 25), placez-la dans un récipient creux légèrement fariné et laissez-la reposer 1 heure.

Réalisation

- À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et divisez-la en trois parts égales. Moulez chaque pièce en une boule grossière, laissez reposer encore 5 minutes.
- Moulez chaque boule en miche (voir page 31), placez-la dans un moule à cake. Badigeonnez le dessus des pâtons avec l'œuf battu à l'aide d'un pinceau, couvrez les moules d'un linge et laissez lever pendant environ 1 heure 30 jusqu'à ce que la pâte ait pratiquement doublé de volume.
- Dorez à nouveau le dessus des miches avec l'œuf battu. Avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez sur chaque pâton une entaille suivant une ligne médiane verticale. Répartissez quelques amandes sur les miches, placez les moules dans le four préchauffé et faites cuire de 25 à 30 minutes jusqu'à ce que la croûte soit brun doré foncé. Démoulez pour vérifier que les côtés et le dessous sont dorés également ; si tel n'est pas le cas, poursuivez pendant quelques minutes la cuisson des miches, sans les replacer dans leur moule. Laissez-les ensuite refroidir sur une grille.

Pain viennois

Cette viennoiserie figure régulièrement dans mes sessions de formation, et tout le monde s'accorde à dire qu'elle est très facile à réaliser. Vous pouvez aussi cuire les pâtons dans des moules à cake et utiliser les tranches pour confectionner des croque-monsieur. Quand nous étions enfants, nous mangions de petites baguettes de ce pain au petit déjeuner, et aussi pour notre « quatre heures », avec une barre de chocolat.

| | | |
|--------------------------|------------------------------------|---|
| Quantité : | 5 baguettes, ou 15 petits pains | 1 pâton de pâte sucrée (voir page 137) ayant reposé 1 heure |
| Préparation : | 20 minutes | 1 œuf de calibre moyen battu avec une pincée de sel pour dorer la surface |
| Repos : | 1 heure | Farine pour le plan de travail |
| Levage : | 1 heure | |
| Cuisson au four : | 8 à 12 minutes | |

Réalisation

À l'aide du bord arrondi de la raclette, retournez la pâte sur un plan de travail légèrement fariné et divisez-la en 5 ou 15 pièces selon que vous préparez des baguettes ou des petits pains.

Pour les baguettes

- Aplatissez avec les mains les pièces de pâte de façon à leur donner la forme d'un rectangle grossier. Par pliages successifs, façonnez-les en baguettes en suivant les indications de la page 56. Placez les pâtons sur une plaque de four en les espaçant bien, passez au pinceau deux couches d'œuf battu pour dorer la surface. Puis, avec une lame bien acérée, pratiquez sur le dessus des baguettes une série d'entailles en diagonale d'environ 5 mm de profondeur sur toute la longueur des pâtons.



- Laissez lever 1 heure environ, puis faites cuire au four de 10 à 12 minutes jusqu'à ce que les baguettes soient brun doré foncé.

Pour les petits pains

- Façonnez les pièces de pâte en petits pains (voir page 30).
- Placez les pâtons sur une plaque de four, en les espaçant bien.
- Dorez les pains à l'œuf battu ; avec la lame d'un rasoir ou d'un petit couteau, pratiquez sur chaque pâton deux entailles en croix.
- Laissez lever pendant 1 heure, faites cuire 8 à 10 minutes au four préchauffé jusqu'à ce que les pains soient brun doré foncé.



Scones

Depuis mon arrivée en Grande-Bretagne, les scones sont devenus ma spécialité locale favorite. Je vous propose ici une recette utilisant de la crème fraîche. Par ailleurs, j'abandonne la tradition des scones ronds car je les préfère carrés.

| | | |
|--------------------------|----------------|---|
| Quantité : | 12 à 15 scones | 150 g de beurre salé |
| Préparation : | 20 minutes | 600 g de farine ordinaire (type 55) |
| Repos : | 15 minutes | 150 g de sucre en poudre |
| Cuisson au four : | 20 minutes | 40 g de levure chimique |
| | | 280 g de raisins de Smyrne |
| | | 190 g de crème fraîche épaisse |
| | | 190 g de lait (soit 19 cl) |
| | | 2 œufs battus avec une pincée de sel pour dorer la surface |

Préparation

Préchauffez le four à 220 °C (therm. 7-8).

Réalisation

- Émiettez le beurre dans la farine placée dans un récipient creux. Ajoutez le sucre et la levure, puis les raisins secs, et mélangez le tout pour bien répartir les ingrédients.
- Ajoutez la crème fraîche et le lait ; à l'aide de la raclette, mélangez bien tous les ingrédients. Retournez la masse sur un plan de travail légèrement fariné. Aplatissez-la avec les mains, repliez-la en deux, puis exercez à nouveau une pression dessus, faites-lui faire un quart de tour et repliez-la. Répétez ces opérations jusqu'à obtention d'une forme grossière de carré. Farinez le dessus et le dessous de la pâte, couvrez d'un linge et laissez reposer dans un endroit frais pendant 15 minutes.
- Farinez légèrement le plan de travail puis étalez la pâte jusqu'à une épaisseur d'environ 2,5 à 3 cm. Écartez au pinceau l'excédent de farine, puis découpez des carrés de 6 cm de côté à l'aide d'un petit couteau à lame acérée.
- Disposez les pâtons sur une plaque en veillant à bien les espacer. Regroupez les excédents de pâte de façon à réaliser de nouveaux pâtons carrés.
- Dorez les scones avec les jaunes d'œufs, attendez 2 minutes puis passez un nouveau badigeon. Réduisez la chaleur du four préchauffé à 200 °C (therm. 6-7) et faites cuire les pâtons pendant environ 20 minutes jusqu'à ce qu'ils aient bien levé et que leur dessus et leur dessous soient brun doré.



Autres recettes utiles

Compote de pommes

Pelez, évidez et coupez en quatre deux grosses pommes à cuire. Faites fondre dans une casserole une grosse noix de beurre, puis ajoutez 1 cuillerée à café de sucre et une pincée de cannelle. Mettez les quartiers de pomme dans la casserole et remuez-les de façon que leur surface soit bien enrobée de beurre. Faites cuire pendant environ 1 minute, puis réduisez le feu, ajoutez (facultatif) une cuillerée à soupe de calvados ou de cognac. Couvrez, poursuivez la cuisson à feu doux pendant 10 à 15 minutes jusqu'à ce que les pommes aient ramolli. Laissez refroidir quelques minutes, puis réduisez les fruits en purée à l'aide d'un moulin à main. Servez froid.

Crème pâtissière

Fouettez dans un récipient creux 6 jaunes d'œufs avec 70 g de sucre en poudre et 50 g de farine tamisée. Faites chauffer à feu doux 500 g (soit 50 cl) de lait avec 70 g de sucre et une gousse de vanille fendue en deux dont les graines ont été grattées, jusqu'à formation de bulles. Incorporez au fouet le tiers du lait dans le mélange à base d'œufs, puis ajoutez le reste du lait parfumé et continuez à remuer. Transvasez le tout dans la casserole, portez à ébullition puis laissez mijoter environ 2 minutes, en remuant constamment pour éviter que la crème ne brûle au fond de la casserole. Laissez-la refroidir dans un autre plat, répartissez sur la surface un peu de sucre glace ou de morceaux de beurre pour éviter la formation d'une pellicule.

Crème d'amande

Fouettez à la main ou au robot 125 g de beurre ramolli à température ambiante et 125 g de sucre en poudre, jusqu'à ce que le mélange soit devenu clair et cotonneux. Ajoutez 125 g d'amandes pilées, brassez le tout. Ajoutez 25 g de farine ordinaire et continuez à mélanger, puis incorporez successivement 2 œufs et (facultatif) 2 bonnes cuillerées à soupe de rhum, en mélangeant bien à chaque ajout, jusqu'à ce que le mélange ait pris une consistance légère. Cette crème se conserve jusqu'à une semaine au réfrigérateur dans un récipient hermétique.

Fouet du KitchenAid

Table des équivalences France-Canada

| Poids | | |
|-------|-------|----------|
| | 55 g | 2 onces |
| | 100 g | 3 onces |
| | 150 g | 5 onces |
| | 200 g | 7 onces |
| | 250 g | 9 onces |
| | 500 g | 17 onces |
| | 750 g | 26 onces |
| | 1 kg | 35 onces |

Ces équivalences permettent de calculer, à quelques grammes près, le poids
(en réalité, 1 once = 28 g)

| Capacités | | |
|-----------|-------|----------|
| | 25 cl | 1 tasse |
| | 50 cl | 2 tasses |
| | 75 cl | 3 tasses |
| | 1 l | 4 tasses |

Pour faciliter les mesures des capacités, une tasse équivaut ici à 25 cl
(en réalité, 1 tasse = 8 onces = 23 cl)

Index

Abricots

- pain aux abricots et à l'avoine, 94, 96
- tarte aux abricots et aux amandes, 139, 148

Additifs, 7, 18

Ail

- ail rôti, 76
- pain fourré à la tomate, ail et basilic, 71, 74, 75

Algues

- pain aux algues, 95, 103

Amandes

- crème d'amande, 148, 158
- tarte aux abricots et aux amandes, 139, 148

Anis

- pain à l'anis et à la bière Guinness, 119, 130

Avoine

- pain aux abricots et à l'avoine, 94, 96

Bacon

- pain au bacon fumé et à l'oignon rouge, 119, 127

Badiane

- bâtonnets aux graines de sésame et badiane, 48

Baguettes, 34

- baguette à épis, 34, 57
- définition, 54
- réalisation, 56, 57

Balances, 10

Basilic

- pain fourré à la tomate, ail et basilic, 71, 74, 75

Bâtonnets, 34

- bâtonnets aux graines de sésame et badiane, 48
- bâtonnets aux olives, pecorino et herbes, 50

Béchamel, sauce, 64, 150

Beignets, 138, 146

Beurre de menthe, 142

Bière Guinness

- pain à l'anis et à la bière Guinness, 119, 130

Bol à potage, 70, 78

Bouchées fourrées, 34, 44

Boules soufflées, 35, 40 à 43

Brosse, 11

Canneberges

- pain aux noix de pécan et aux canneberges, 95, 112

Cardamome

- pain à la cardamome et aux pruneaux, 95, 101

Carvi

- pain de seigle au carvi et aux raisins secs, 118, 124

Chocolat

- pain viennois, 64, 154
- pains Jack au chocolat, 139, 145

Ciabatta, 71, 88 à 91

- ciabatta aux olives, 91

Cidre

- pain au cidre, 118, 129

Citron

- petits pains au citron, 35 47

Compote de pommes, 158

Couleurs, palette, 16

Crème d'amande, 148, 158

Crème pâtissière, 158

Crochet à pâte, 26

Cuisson au four, 14

Cumin

- niche au gruyère et au cumin, 35, 58
- petits pains au safran, 63

Eau, 12

Échalotes

- pain aux raisins secs, noisettes et échalotes, 94, 110

Équipement, 10, 11

Étoiles au pavot, 94, 107

Farine, 12

Ferment, 14, 88

Ferment « polonais », 135

- pain de seigle brun, 135
- pain complet 100%, 114

Focaccia

- focaccia au pesto, à l'olive et au piment, 72
- focaccia au romarin et à la fleur de sel, 71, 72

Fougasse, 34, 36 à 39

Four, chauffage, 20

Fromage

- bâtonnets aux olives, pecorino et herbes, 50
- bouchées fourrées, 44
- niche au gruyère et au cumin, 35, 58
- pizza, 84, 85
- tranches au parmesan, jambon de Parme et pignons de pin, 70, 80, 81

Fruits

- pain brioché aux fruits, 139, 153

- pudding aux fruits d'été, 66

Gruyère

- niche au gruyère et au cumin, 35, 58

Huile d'avocat, 68, 88, 89

Ingrédients du pain, 12

Jambon

- tranches au parmesan, jambon de Parme et pignons de pin, 70, 80, 81

Lame de rasoir, 11

Lard

- pain au bacon fumé et à l'oignon rouge, 119, 127
- pain aux deux olives et à la pancetta, 71, 86, 87
- tranches au lard, 138, 150

Lavande

- niche au miel et à la lavande, 94, 98

Levage de la pâte, 14

Levure, 12

- émiettage dans la pâte, 22

Marmelade

- pudding de pain à la marmelade, 142

Menthe

- beurre de menthe, 142
- niche à l'orange et à la menthe, 138, 140

Miche au gruyère et au cumin, 35, 58

Miche au miel et à la lavande, 94, 98

Miches, façonnage, 31

Miel

- niche au miel et à la lavande, 94, 98

Minuteur, 11

Noisettes

- pain aux raisins secs, noisettes et échalotes, 94, 110

Noix

- bouchées fourrées, 44
- couronne aux noix, 119, 120

Noix de pécan

- pain aux noix de pécan et aux canneberges, 95, 112

Oignon

- pain au bacon fumé et à l'oignon rouge, 119, 127

Olives

- bâtonnets aux olives, pecorino et herbes, 50
- bouchées fourrées, 44
- ciabatta, 91
- focaccia au pesto, à l'olive et au piment, 72
- pain aux deux olives et à la pancetta, 71, 86, 87
- pain aux olives, 119, 122
- pâte d'olives, 44, 120

Orange

- miche à l'orange et à la menthe, 138, 140

Pain à la cardamome et aux pruneaux, 95, 101

Pain au bacon fumé et à l'oignon rouge, 127

Pain au cidre, 118, 129

Pain aux algues, 95, 103

Pain aux deux olives et à la pancetta, 71, 86, 87

Pain aux noix de pécan et aux canneberges, 95, 112

Pain aux olives, 119, 122

Pain brioché aux fruits, 139, 153

Pain complet 100 %, 95, 114

Pain de campagne, 118, 132

Pain de mie, 34, 64 à 67

Pain de seigle au carvi et raisins secs, 118, 124

Pain de seigle brun, 118, 135

Pain façon Beaucaire, 35, 60

Pain industriel, ingrédients, 18

Pain maison, ingrédients, 19

Pain plat, 70, 83

Pain viennois, 64, 154

Pains de dimensions réduites, 31

Pains Jack au chocolat, 139, 145

Pancetta

- pain aux deux olives et à la pancetta, 86, 87

Parmesan

- tranches au parmesan, jambon de Parme et pignons de pin, 70, 80, 81

Pâte

- miches, façonnage, 31
- pâte à l'olive, 68 à 91
- pâte au seigle, 116 à 135
- pâte blanche, 32 à 67

- pâte brune, 92 à 115
- pâte sucrée, 136 à 156
- petites boules, façonnage, 28, 29
- pétrissage, 14, 24 à 26
- réalisation d'un ferment, 26, 54
- réalisation, techniques, 20 à 23
- repos, 14, 26
- rouleaux, façonnage, 30
- travail de la pâte, 14, 23 à 26

Pavot

- étoiles au pavot, 94, 107

Pecorino

- bâtonnets aux olives, pecorino et herbes, 50

Pelle à enfourner, 11

Pesée des ingrédients, 20

Pesto

- bouchées fourrées, 44
- focaccia au pesto, olive et piment, 72

Petits pains

- pains Jack au chocolat, 139, 145
- petit pain sucré, 138
- petits pains à étages, 35, 46
- petits pains au citron, 35, 47
- petits pains au safran, 34, 63
- petits pains aux épices du Maroc, 35, 53
- petits pains bruns, 94, 105

Pétrissage, 14, 24 à 26

Pierre à pain, 10

Pignons de pin

- tranches au parmesan, jambon de Parme et pignons de pin, 70, 80, 81

Piment

- focaccia au pesto, olive et piment, 72

Pizza, 84, 85

Plan de travail, 22, 25

Pliage de la pâte, 14

Pommes

- compote de pommes, 158
- tarte aux pommes, 148

Pruneaux

- pain à la cardamome et aux pruneaux, 95, 101

Pudding aux fruits d'été, 66

Pudding de pain à la marmelade, 142

Raclette, 11

Raisins secs de Corinthe

- pain aux raisins secs, noisettes et

échalotes, 94, 110

pain de seigle au carvi et raisins secs, 118, 124

Repos de la pâte, 14, 26

Romarin

- focaccia au romarin et à la fleur de sel, 71, 72

Rouleaux, façonnage, 30

Safran

- petits pains au safran, 34, 63

Sauce Béchamel, 64, 150

Scones, 139, 156

Seigle

- pain de seigle au carvi et raisins secs, 118, 124
- pain de seigle brun, 118, 135

Sel, 12

Sésame

- bâtonnets aux graines de sésame et badiane, 48
- tresses au sésame, 94, 104

Tarte

- tarte aux abricots et aux amandes, 139, 148

Tomates

- bouchées fourrées, 44
- pain fourré à la tomate, ail et basilic, 71, 74, 75
- pizza, 84, 85
- tomates séchées au four, 76

Torchons, 10

Tranches au parmesan, jambon de Parme et pignons de pin, 70, 80, 81

Travail de la pâte, 14, 23 à 26

Vaporisateur, 11

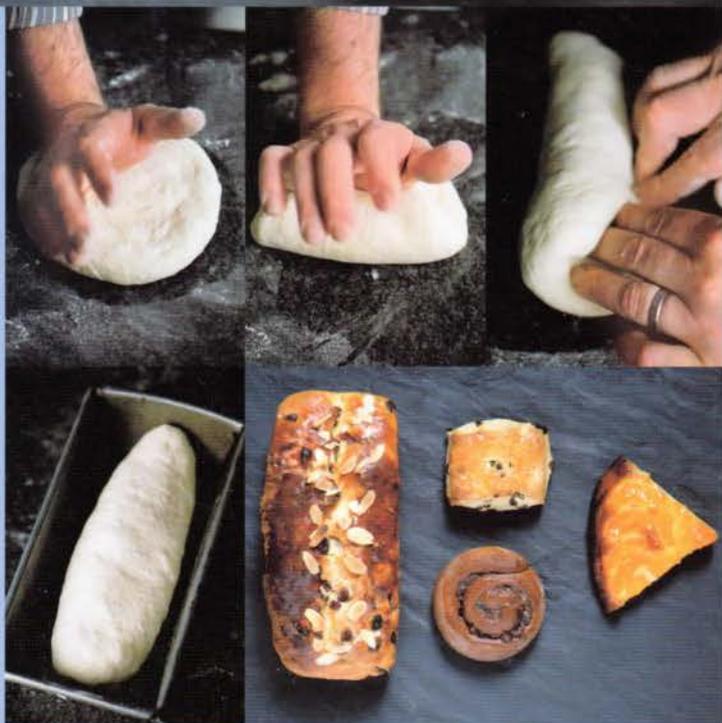
PAINS GOURMANDS 50

recettes de pains originaux et savoureux à réaliser sans machine à partir de 5 pâtes simplissimes.



Pour créer soi-même ses pains, en épis, en couronne ou en étoile, des boules soufflées, et même un bol à déguster avec la soupe qu'il contient... Variez les formes et les plaisirs ! Retrouvez la saveur naturelle du pain, sans additif ni conservateur. Quatre ingrédients — l'eau, la farine, le levain, le sel —, un four domestique et cinq minutes de pétrissage suffisent pour décorer une table de pains aussi beaux que gourmands.

Un DVD de 30 minutes pour maîtriser les gestes grâce aux conseils d'un boulanger professionnel.



COUVERTURE : CLAUDE LIEBER
PHOTOS : ©JEAN CAZALS

RÉF. : 600204
ISBN 978-2-298-00239-3



9 782298 002393