



PÃO BROA



Stérols

	Temps de pétrissage / <i>Kneading</i>	3 min
	Vitesse / <i>Speed</i>	1 ^{ère} 1 st
	Température de base / <i>Base temperature</i>	70°C
	Température de pâte / <i>Dough Temperature</i>	27 - 28°C
	Température de fermentation / <i>Fermentation temperature</i>	16°C
	Durée de fermentation / <i>Fermentation</i>	16 h
	Temps de trempage / <i>Water soak</i>	-

Nombre de pièces : 10 pains de 700 g

MÉTHODE RESPECTUS PANIS

Ingrédients de la pétrissée

Farine de maïs	760 g
Farine de seigle Type 85	760 g
Farine de blé Type 65	760 g
β-glucanes d'avoine	265 g
Eau à 80°C	800 g
Eau à 60°C	3600 g*
Sel	38 g
Levain de seigle	12 g
Poids total de la pâte	7000 g

PROCÉDÉ

Pétrissage

Ébouillanter la farine de maïs avec 800g d'eau à 80°C. Laisser tourner le batteur (ou le pétrin) jusqu'à ce que l'empois atteigne 35°C environ.

Bien mélanger les Bêta-Glucanes avec le reste de la farine avant incorporation. Pétrir l'empois avec le reste des ingrédients et l'eau (température de base 70°C).

Effectuer un frasage d'homogénéisation, suivi d'un pétrissage en 1^{ère} vitesse de 5 minutes.

La température de pâte à la fin du pétrissage est de 35°C.

Pointage

Mettre directement en fermentation à 16°C pendant 20 heures environ.

Division & Façonnage

Le lendemain, diviser en pâtons de 700g et mettre en bannetons.

Apprêt & Cuisson

Observer un apprêt de 15 minutes.

Puis enfourner avec buée dans un four à 230°C.

À 10 minutes, couper le four et laisser cuire 35 minutes à four tombant.

*Le taux d'hydratation peut varier en fonction de la concentration des Bêta-Glucanes et de la farine de seigle.

Number of pieces: 10 x 700g loaves

RESPECTUS PANIS METHOD

Dough ingredients

Corn flour	760g
Type 85 rye flour	760g
Type 65 wheat flour	760g
Oat β-glucans	265g
Water 80°C	800g
Water 60°C	3600g*
Salt	38g
Rye leaven	12g
Total weight of the dough	7,000g

PROCESS

Kneading

Boil the corn flour with 800g of water at 80°C. Turn the mixer (or kneading) until the pouch reaches about 35°C.

Mix the Beta-Glucans well with the rest of the flour before incorporation. Knead the pot with the remaining ingredients and water (base temperature 70°C).

Mix to incorporate then knead on 1st speed for 5 minutes. The dough should be at 35°C after kneading.

Bulk fermentation

Leave directly to ferment at 16°C for approximately 20 hours.

Division & Shaping

The next day, divide into 700g pieces and put into baskets.

Proofing & Cooking

Proof for 15 minutes.

Transfer to the over, with steam, at 230°C.

After 10 minutes, switch off the oven and leave to cook for 35 minutes in the cooling oven.

*The moisture content may vary depending on the concentration of Beta-Glucans and rye flour.