



10 minutes



45/50 minutes



1 miche

INGRÉDIENTS

- 500 g de farine de blé* T65
- 12 g de levain* déshydraté
- 10 g de levure* de boulanger
- 36 cl d'eau à 20°C
- 8 g de sel

*PEUT CONTENIR DES ALLERGÈNES

1. **Pétrissage au robot** : dans la cuve, verser la farine, l'eau, le levain déshydraté, la levure et le sel. Mélanger quatre minutes à vitesse lente, puis six minutes à vitesse rapide.
2. **OU pétrissage à la main** : Dans un verre doseur, dissoudre la levure de boulanger dans l'eau. Dans un saladier, mélanger la farine, le levain déshydraté et le sel. Créer un large puits au centre et y verser le mélange levure-eau. Malaxer jusqu'à ce que toute la farine soit absorbée et pétrir la pâte jusqu'à ce qu'elle soit souple et lisse.
3. Recouvrir la pâte d'un torchon propre et la laisser pousser deux heures à température ambiante ; à mi-parcours, la rabattre sur elle-même (la plier en deux).
4. Fariner le plan de travail, y déposer la pâte et la dégazer délicatement.
5. Recouvrir le fond d'une cocotte en fonte de papier cuisson et y déposer la pâte. Couvrir d'un torchon et laisser lever à nouveau pendant une heure.
6. Préchauffer le four à 230°C. Lamer la pâte à pain et enfourner pour 25 minutes, cocotte fermée.
7. Retirer le couvercle de la cocotte et terminer la cuisson (entre 15 et 25 minutes) en fonction du type de croûte souhaité !

Fenouil Sargé
du lundi au samedi
de 9h à 19h
ZAC de la Pointe
02 43 81 87 71

Fenouil Université
du lundi au samedi
de 9h à 19h
22 bd. Louis Leprince-Ringuet
02 43 88 36 70

Fenouil République
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
1 b rue Gambetta
02 85 29 15 80

Fenouil Atlantides
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
4-6 avenue d'Haouza
02 85 29 29 69

Fenouil Antarès
du lundi au samedi
de 9h à 19h
Rond-point d'Antarès
02 43 78 93 82