



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

- 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.
  - 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.
- 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).
  - Fariner le plan de travail, y déposer la pâte et la dégazer délicatement.
  - 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.
  - Préchauffer le four à 230°C. Lamer la pâte à pain et enfourner pour 25 minutes, cocotte fermée.
  - 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'Hauouza  
02 85 29 29 69

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