

Le Pain des Paresseux



Préparation : 5 minutes
Repos : 1h30 + 30 minutes
Frais : 2 à 8 jours
Cuisson : 40 à 50 minutes

Ingrédients :

- 500 g de farine T65
- 10 g de levure fraîche
- 10 g de sel
- 350 g d'eau

Préparation :

Faites dissoudre la levure dans l'eau.

Dans un cul-de-poule, mélangez la farine et le sel. Incorporez progressivement le mélange eau / levure. Attention c'est collant ! Couvrez d'un torchon et laissez lever 1h30.

Mettez le cul-de-poule ensuite tel qu'il est (avec le torchon) au réfrigérateur et oubliez le ! La pâte va fermenter... elle doit respirer...alors ne surtout pas fermer avec un couvercle.

Au bout de 2 jours, prenez le pâton et laissez-le "se réchauffer" à température ambiante, puis façonnez votre pâte comme vous voulez en forme de baguettes ou comme moi dans le moule Ovale Silform. Laissez lever 30 minutes.

Faites des grignes dessus et hop au four (départ à froid) à 240°C pendant environ 40 à 50 minutes (cela dépend de la grosseur de votre pain).

Pour vérifier la cuisson d'un pain tapote dessus et si cela sonne creux, il est cuit. A mi cuisson, j'ai posé un bol d'eau chaude dans le fond afin de faire de la buée.

Note : Si la recette vous plait, vous pouvez préparer la double dose comme [Virginie](#). On peut conserver la pâte au moins 8 jours dans le frigo.