

Pain au levain



Après vous avoir proposé le [levain maison](#), je vous propose le pain au levain ! Un délicieux et très savoureux pain au goût bien rustique. Ce pain était d'un moelleux vraiment troooop bon ! Dans la recette initiale il faut 500g de farine blanche mais j'ai préféré y ajouter de la farine d'épeautre pour donner davantage un petit goût rustique. Ce pain était vraiment très très bon, à refaire !

Pour un pain

Ingrédients:

350g de farine

150g de farine d'épeautre

10g de levure de boulanger fraîche

120g de levain ([recette ici](#))

1c. à café de sel

Préparation:

Versez 35cl d'eau tiède dans un saladier et émiettez-y la levure de boulanger. Couvrez le saladier et laissez reposer 10min à température ambiante.

Dans le bol d'un robot, versez les farines et le sel. Creusez un puits et versez-y le mélange eau-levure, puis le levain. Pétrissez la pâte jusqu'à ce qu'elle devienne souple, élastique et qu'elle se détache des parois du bol.

Placez la pâte dans saladier, couvrez d'un film alimentaire et laissez reposer la pâte dans un endroit tiède durant 1H30 afin qu'elle double de volume.

Dégazez la pâte sur un plan de travail fariné en appuyant dessus avec le poing. Façonnez une grosse boule et placez celle-ci sur une plaque de cuisson préalablement recouverte de papier sulfurisé. Couvrez d'un linge et laissez reposer de nouveau à température ambiante pendant 30min.

Préchauffe le four à 240°C (th.8).

Pendant que la pâte repose, déposez un bol rempli d'eau dans le four.

Une fois que le pain a reposé, faites des entailles sur le dessus avec un couteau bien aiguisé. Saupoudrez légèrement le pain de farine. Retirez le bol d'eau du four et enfournez le pain pour 30 à 40min, jusqu'à ce qu'il soit bien doré.

A la sortie du four, laissez le pain refroidir sur une grille avant de déguster.