

Pain parfait complet aux cinq céréales en cocotte



Voilà longtemps que je n'avais pas refait ce délicieux pain parfait en cocotte. La dernière fois, me promenant dans le magasin Etik et Bio, je me suis laissée tenter par cette farine complète aux cinq céréales qui m'avait l'air bien parfumé, et en effet elle l'était. Ce pain à la mie très moelleuse et à l'extérieur légèrement croustillant était vraiment délicieux, savoureux... MIAM !

Pour un gros pain

Ingrédients:

700g de farine complète aux cinq céréales

700g d'eau

20g de levure de boulanger fraîche

1c. à café de jus de citron

2c. à café de sel

Préparation:

Faites chauffer l'eau dans une bouilloire de façon à ce qu'elle soit très chaude. Ajoutez-y le jus de citron.

Dans un saladier, mélangez la farine complète, la levure émiettée et le sel. Versez l'eau chaude et remuez le tout avec une spatule de façon à avoir une préparation homogène.

Couvrez le saladier d'un film alimentaire et laissez gonfler toute une nuit.

Farinez généreusement votre plan de travail et versez-y dessus la pâte gonflée qui est très collante. Repliez-la sur elle-même en chassant l'air. Répétez ainsi l'opération deux ou trois fois.

Couvrez un saladier assez grand de papier sulfurisé en le faisant dépasser des bords. Poudrez d'un peu de farine. Versez la pâte dans le saladier et poudrez-la aussi d'un peu de farine. Couvrez d'un linge et laissez reposer durant 2H30.

30min avant la fin de la levée préchauffez le four à 220°C et faites-y chauffer une cocotte pendant 30min.

Quand la levée de la pâte est terminée, transférez la pâte avec le papier sulfurisé dans la cocotte chaude. Couvrez cette dernière avec le couvercle et enfournez pour 50min.

Retirez le couvercle de la cocotte et poursuivez la cuisson durant 50min.

Sortez le pain du four ainsi que de la cocotte et laissez-le complètement refroidir sur une grille avant de le déguster.