

Pain de campagne au levain et aux graines de courge



Pour aujourd'hui c'est pain ! Un délicieux pain bien moelleux maison de campagne au levain et aux graines de courge. Une croûte croustillante, une mie super moelleuse, ce pain se mange plus par gourmandise que par faim ;).

Pour 6 personnes

Ingrédients:

440g de farine T65

60g de farine de seigle

10g de sel

10g de levure de boulanger fraîche

310g d'eau tiède-chaude + 60g

80g de graines de courge

150g de levain (recette

Préparation:

Versez dans le bol d'un robot les deux farines avec le sel. Mélangez. Versez alors les 310g d'eau ainsi que le levain et la levure émiétée. Pétrissez pendant 4-5min.

Versez ensuite les 60g d'eau tout en pétrissant la pâte. Laissez pétrir encore 15min. Vers la fin du pétrissage, ajoutez les graines de courge.

Versez la pâte obtenue dans un saladier, couvrez d'un film alimentaire et laissez reposer toute une nuit à température ambiante.

Le lendemain, pétrissez rapidement la pâte sur un plan de travail légèrement fariné. Formez une boule et placez celle-ci dans un moule rond préalablement recouvert de papier sulfurisé.

Laissez de nouveau reposer sous un linge propre pendant 1H-1H30.

Préchauffez le four à 180°C (th.6).

Après le temps de pause, saupoudrez de la farine sur le pain. Enfouez le pain pour 45 à 50min.

Laissez refroidir avant de démouler le pain et de déguster.

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