



LA TERRAMIE

FARINE POUR PAIN COURANT



LA TERRAMIE : _____ 1 000 g
EAU (environ) : _____ 700 g
LEVURE : _____ 10 g
SEL : _____ 20 g

Pétrissage :

BATTEUR	AXE OBLIQUE	SPIRALE
5 minutes en V1 5 mn en V2	5 minutes en V1 12 mn en V2	5 minutes en V1 5 mn en V2
Température de base 58°C	Température de base 60°C	Température de base 57°C

Température en fin de pétrissage : 24°C

Pointage : 45 minutes

Division : Manuelle de préférence ou mécanique

Détente : 30 minutes

Façonnage : Manuel de préférence ou mécanique

Apprêt : 1h30 à 2h à 25°C, mettre au four assez jeune

Cuisson : Environ 25 minutes à 240°C avec buée



HYDRATER À 60%
PUIS LORSQUE LA PÂTE SE DÉCOLLE DE LA CUVE,
BASSINER PROGRESSIVEMENT AVEC L'EAU RESTANTE

Ingédients : Farine de blé, farine de seigle, germe de blé, levain de seigle, gluten, farine de blé malté, enzymes* (alpha-amylase, hémicellulase, xylanase), acide ascorbique.

*Les enzymes sont des auxiliaires technologiques et ne doivent pas être déclarées dans les produits cuits.



RISQUE ALLERGÈNE : contient du gluten.

Mention à reporter sur l'étiquetage à destination du consommateur

Valeurs nutritionnelles pour 100 g :

Energie : 331 kcal / 1386 kJ	
Matières grasses : 0,9 g	Dont acides gras saturés : 0,2 g
Glucides : 72 g	Dont sucres : 0,5 g
Fibres : 3 g	Protéines : 12 g
Sel : 0,2 g	



WWW.TERRAMIE.COM