

Pain Loprofin

Pour 4 baguettes ou 16 petits pains •  Difficile •  Préparation 15 mn •  Cuisson 30 mn • Pousse: 1 h



Ingrédients

- ✓ 500 g de **Farine Loprofin**
- ✓ 1 sachet de levure (contenu dans le paquet de Farine Loprofin)
- ✓ 4 c. à soupe = 80 mL d'huile végétale
- ✓ Environ 380 mL d'eau à température ambiante
- ✓ 8 g de sel fin

Préparation

Mettre de l'eau dans un plat creux au four et préchauffer le four à 240°C (thermostat 8).

Huiler la plaque à baguettes (ou 16 moules ronds individuels en aluminium).

Au batteur muni d'un bras (ou à la main pour les plus courageux!) mélanger la **Farine Loprofin**, la levure, l'huile et progressivement l'eau contenant le sel. Pétrir 5 mn à bonne vitesse.

Le pâton doit devenir lisse et peu collant, la texture est souple, mais la pâte a une bonne tenue.

Retravailler un peu à la main et former les pains baguettes ou petits pains.

Déposer dans les moules huilés.

Faire quelques petites entailles en biais. Saupoudrer de farine les pains.

Laisser pousser à 20°/25°C pendant 1 heure minimum. Le pâton doit avoir doublé de volume.

Enfourner les pains à 240°C (thermostat 8). Faire cuire jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.

Puis, baisser le four à 210°C (thermostat 7). Retirer l'eau du plat creux. Démouler les pains.

Les retourner. Finir de cuire à l'envers pour qu'ils cuisent parfaitement (7 à 15 mn).

Après cuisson, réserver sur grille.

 **ASTUCE Toque Chef:** Faire le pain une fois par semaine, il se congèle très bien. Il est préférable de le congeler à la sortie du four afin qu'il garde toute sa souplesse.

Pour une portion	Valeur énergétique	EP	PHE	VAL	MET	LEU	LYS	TYR
	624 kcal	0,39 g	12 mg	9 mg	3 mg	12 mg	12 mg	4 mg
		2/3 part	1/3 part	1/3 part	1/4 part	1/2 part		

Recettes de bases

Une difficulté?



La pâte, une fois levée, présente une « croûte »	La surface de la pâte n'était pas protégée contre la chaleur durant sa poussée et elle a formé une « croûte », ce qui peut conduire à des morceaux durs dans le pain final. Une fois la pâte placée dans le moule, la badigeonner légèrement avec de l'huile d'olive et couvrir avec du film étirable, en laissant de l'espace pour que la pâte puisse lever.
La pâte ne lève pas/peu	<ol style="list-style-type: none">1 - La levure est périmée; vérifier la date limite de consommation sur le produit.2 - L'eau était trop chaude et a tué la levure. L'eau utilisée doit être tiède.3 - La pâte a été placée dans un endroit trop chaud.
Le pain s'affaisse dans le four	La pâte a été laissée trop longtemps à lever et a trop gonflé, créant de grosses bulles d'air qui entraînent l'affaissement du pain lorsqu'il cuit.
La croûte est trop claire	Pour obtenir une croûte plus colorée, badigeonner la pâte avec de l'huile d'olive ou avec un peu de Substitut d'œuf Loprofin reconstitué dans quelques mL d'eau. Ne pas trop huiler la pâte au risque de la faire griller.
Le pain est friable/sec	<ol style="list-style-type: none">1 - Le pain a cuit trop longtemps, ou la température du four était trop élevée.2 - La quantité de farine utilisée était trop importante; s'assurer que les ingrédients ont été pesés ou mesurés correctement.
Le pain présente de grosses aspérités	<ol style="list-style-type: none">1 - Trop de levure utilisée. S'assurer de l'exactitude des pesées et de la mesure des ingrédients.2 - Le pain a été laissé à lever trop longtemps. Ne laisser pousser la pâte que jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.
Le pain est trop dense/compact	<ol style="list-style-type: none">1 - Trop peu de liquide utilisé, rendant la pâte épaisse. S'assurer de l'exactitude des pesées et de la mesure des ingrédients.2 - Temps insuffisant de poussée: la levure n'aura pas eu suffisamment de temps pour agir avant la cuisson.
Difficultés à démouler le pain	<ol style="list-style-type: none">1 - Le moule n'a pas été graissé suffisamment avant d'y ajouter la pâte.2 - La température du four n'est pas suffisante, le pain n'est donc pas assez cuit au terme du temps de cuisson. Un pain bien cuit se démoule facilement.
Les tranches de pain sont humides	Cela est habituellement dû au pain laissé dans son moule après avoir été sorti du four. La vapeur issue du pain est retenue dans le moule, et est réabsorbée par le pain. Quand le pain est cuit, le démouler immédiatement et le laisser refroidir sur une grille, afin de préserver le pain de l'humidité.

Recettes
de bases