

# Graines

Préparation pour baguette aux céréales et aux graines



> **Baguette aux céréales et aux graines, aux saveurs intenses.**

- Contient 4 graines : tournesol, millet, lin brun et lin jaune.
- Contient un levain de blé\* et de la farine de germes de maïs toastés.
- Mie légèrement ambrée.
- Belle croûte toastée.

> **Un coup de lame.**

\* levain désactivé ne permettant pas l'appellation « Pain au levain »

*Se déguste  
avec :*

- Des salades composées et des fromages frais pour un équilibre parfait.



*Complice de la nature*

# Graines

MÉTHODE	DIRECT	POUSSE CONTRÔLÉE ET POUSSE LENTE	POINTAGE EN FROID
<b>INGRÉDIENTS</b>			
Copaline Graines	1 000 g		
Eau	640 g (+/- 20 g)	620 g (+/- 20 g)	640 g (+/- 20 g)
Sécur'Détente ou Sécur'Tolérance	-	5 g	-
Température de base	Batteur / Spirale : 48°C Axe oblique / Artofex : 50°C		
Frasage	5 min. en 1 <sup>ère</sup> vitesse		
Autolyse (recommandé)	30 à 60 min.		
Sel	18 g		
Levure	15 g (+/- 2 g)	Pousse Contrôlée : 14 g (+/- 2 g) Pousse Lente : 7 g (+/- 1 g)	7 g (+/- 1 g)
<b>PÉTRISSAGE</b>			
<b>BATTEUR / SPIRALE</b>			
1 <sup>ère</sup> vitesse	5 min.		
2 <sup>ème</sup> vitesse	6 min.		
<b>AXE OBLIQUE / ARTOFEX</b>			
1 <sup>ère</sup> vitesse	5 min.		
2 <sup>ème</sup> vitesse	12 min.		
Température de pâte	24 à 25°C		
<b>FERMENTATION ET FAÇONNAGE</b>			
Pointage	1 h 30 avec 1 rabat (45 min. - rabat léger - 45 min.)	20 min.	60 min. avec un rabat léger pli en 3
Blocage	-	-	12 à 14 h à 4°C
Division	300 g		
Mise en forme	Allongée avec serrage modéré		
Détente	20 min.	-	60 min. Il faut que les pâtons atteignent au moins 13°C à cœur
Façonnage	Manuel de préférence ou machine les rouleaux desserrés. Allongement à 40 cm avec les bouts arrondis		
Tourne	À clair		
Blocage	-	Pousse Contrôlée : 10 à 15 h à 4°C	-
Apprêt	1 h à 25°C	Pousse Contrôlée : 3 h à 18°C Pousse Lente : à partir de 14 h à 8°C	1 h à 25°C

Quelle que soit la méthode de fabrication, les baguettes peuvent être cuites de manière classique ou précuites.

<b>MISE AU FOUR</b>		
CUISSON	CLASSIQUE	PRÉCUIT EN FRAIS
Lamage	1 coup de lame sur toute la longueur	
Température de cuisson	240°C (+/- 20°C)	
Dose de buée	Quantité identique à une baguette blanche	
Durée de cuisson	18 à 20 min. environ	(Précuisson) 10 min. en four à sole, sur sole
Ressuage des produits précuits	-	Sur grille, 45 min. puis mise sous plastique pendant maximum 12 h sur une échelle à température ambiante (20 à 25°C)
Cuisson des produits précuits	-	10 min. en four à sole à 240°C (+/- 20°C) sur plaque initialement à température ambiante pour éviter le cintrage ou 10 min. en four ventilé à 200°C. Buée facultative
Ressuage	Sur grille, 30 min.	

Les temps indiqués doivent être adaptés en fonction du matériel utilisé.

## INGRÉDIENTS

Farine de **blé**, graines de tournesol, graines de millet, graines de lin brun, graines de lin jaune, **gluten de blé**, levain de **blé** désactivé et déshydraté, farine de germes de maïs toastés, farine de **blé** malté toasté, farine de **blé** malté, enzymes\* (α-amylase - xylanase).

Céréales : 89% - Graines : 10,5%

\*Les enzymes sont des auxiliaires technologiques qui ne figurent pas sur l'étiquetage du produit final.

Présence éventuelle d'œuf, de lait, de soja, graines de sésame et fruits à coque.

## DÉCLARATION NUTRITIONNELLE POUR 100 G DE PRÉPARATION

Énergie (kJ)	1 502
Énergie (kcal)	355
Matières grasses (g)	5.0
dont acides gras saturés (g)	0.7
Glucides (g)	62.7
dont sucres (g)	0.9
Fibres alimentaires (g)	5.2
Protéines (g)	12.3
Sel (g)	0.02



UNIS POUR LE  
**GOÛT**