

PAIN aux GRAINES

Pour 50
petits pains



Ingrédients

- 2200 g de farine T55
- 1540 g d'eau
- 22 g de levure
- 40 g de sel
- 220 g de graines de lin pour le topping

Préparation

Température de base	60°C
Pétrissage	5 min en Vitesse 2 + 5 min en Vitesse 3 puis Incorporation des graines en Vitesse 2 pendant 1 minute.
Pointage	20 min
Pesage	80 g mise en forme boule
Détente	15 min
Façonnage	Rebouler, faire un trait au pinceau imbibé d'eau sur les pâtons, tremper les pâtons dans les graines. Les graines colleront uniquement sur la partie du pâton mouillée.
Apprêt	45 min
Mise au four	1 coup de ciseaux de chaque côté du pâton.
Cuisson	15 min à 250°C

• Façonnage



• Mise au four



Variantes : A la place des graines de lin, vous pouvez utiliser du sésame, pavot, courge, tournesol etc...