Fiche FAIRE DU PAIN

Une petite bassine (= un pétrin) une pour deux.

Une fourchette

On utilise la fourchette pour la pâte à pain

Doses précises (sinon trop sec ou pâte à crêpe)

Un pain = un verre de farine

Pour deux pains par bassine ➔ deux verres

Le sel : deux doigts ➔ une pincée x2 par pain x2 par bassine

La levure pour faire gonfler le pain (lever avant la cuisson = levure de boulanger ≠ levure chimique) → un fond de cuillère de levure (on doit voir le bord de la cuillère (une par pain, donc 2 par bassine)

L'eau : on mélange avec la fourchette (un met l'eau, l'autre mélange).

Un demi-volume d'eau (jusqu'au trait).

On mélange jusqu'à ce qu'il n'y ait plus du tout de farine autour de la fourchette : on doit avoir une boule de pâte.

Ensuite, On va pétrir la pâte (on va utiliser nos mains).

On coupe la pâte en deux → deux petits pâtons (pâte qui équivaut à un pain).

On met de la farine sur la table (on peut retrousser ses manches). On roule le pâton dans la farine, pour ne pas qu'il nous colle aux mains, après on l'aplatit (on appuie fort avec le plat de la main), on fait une grande galette, si ça colle aux mains on le retourne dans la farine, on replie la pâte en ramenant un bord

puis l'autre, puis en deux dans l'autre sens, → on a de nouveau un petit pâton, on recommence : on aplatit (plus on le fait, et moins il va se laisser faire car on incorpore de l'air qui réagit avec la levure), on recommence à le replier comme précédemment, là avec le pâton qui revient quand on l'appuie, on utilise ses poings, on fait ça trois fois (aplatir, replier) et après la 3è fois on va faire une belle boule de pâte dans sa main. On prend sa boule dans sa main et on enfonce ses doigts dedans, c'est ça pétrir, après on a une belle boule de pâte, comme une boule de pâte à modeler et à partir de cette boule là on va essayer de lui donner une forme (baguette, pain rond, etc.).

On peut marquer la pâte avec des ciseaux (grignes, initiales,...)

Attention de ne pas faire tomber la pâte par terre, sinon on ne peut plus manger le pain.

Levée pendant 30 à 45 min sur des plateaux.

Ensuite cuisson. 50 min