

Découverte du pain au levain

OBJECTIFS

- Comprendre la différence entre du pain au levain et du pain à la levure
- Définir les différentes sortes de farines et savoir choisir une farine de qualité
- Être capable d'entretenir un levain correctement
- Maîtriser chaque étape de la fabrication du pain au levain
 - o Choix des matières premières
 - o Dosages
 - o Pétrissage
 - o Façonnage
 - o Temps de pousse
 - o Cuisson

CONTENU

- Quelques explications et astuces concernant le levain et le pain au levain.
- Passage en revue de chaque étape de la fabrication d'un pain au levain
 - o Prélèvement de levain et nourrissage d'un levain dans le but de l'emporter à domicile.
 - o Fabrication d'une pâte à pain au levain avec laquelle chaque participant repart à la maison et qu'il cuira le lendemain.
 - o Démonstration de façonnage d'une pâte à pain avec beaucoup de gluten et d'une pâte à pain avec peu de gluten
 - o Cuisson d'un pain au levain
- Dégustation de différents pains au levain

DUREE

- Environ 3 heures

PRIX

- Participation consciente, chaque participant offre ce qu'il estime être juste en fonction de ses moyens, du contenu et de la qualité de l'atelier ainsi qu'au regard du travail engagé et des charges

MATERIEL A AMENER

- 1 grand saladier
- 1 bocal vide et propre avec couvercle d'au moins 2-3dl
- 1 linge de cuisine le moins coloré possible
- 1 tablier (facultatif)