



**alto**

Source  
de  
fibres

# Baguette alto

## Ingredients (pour 5 unités) :

### Prétrempage

Eau 150 g

Levure 2 g

B1 (Blé broyé) 100 g

### Pétrissée

Farine de blé de tradition française 900 g

Eau 520 g

Eau de bassinage 40 g

Sel 18 g

Levure 12 g

## Prétrempage la veille

- Diluer la levure dans l'eau.
- Ajouter le B1 et bien mélanger à la spatule.
- Filmer et stocker à 3 ou 4°C.

Le prétrempage a pour rôle d'assouplir les enveloppes et de renforcer le goût de la baguette.

## Méthode de travail

Matériel utilisé

Température de base

Incorporation

Frasage

Consistance de la pâte

Pétrissage

Bassinage

Température de la pâte

Pointage retardé

Pesage

Mise en forme

Détente

Façonnage

Aprêt

Coupe

Buée

Cuisson

Pétrin à axe oblique.

Environ 58°C.

Mettre tous les ingrédients dans la cuve ainsi que le B1 prétrempé.

5 minutes en première vitesse.

Souple.

Amélioré (1000 brassages) soit environ 10 minutes en seconde vitesse.

En fin de pétrissage, verser environ 40 g d'eau.

Mettre en bac et recouvrir de plastique pour éviter le crouûtage.

23°C au maximum.

De 15 à 20 h à 3°C.

5 pâtons de 350 g.

Légère et allongée.

20 minutes.

En baguette (façonnage léger, sans dégazage excessif).

Environ 1 heure à température ambiante.

4 coups de lame.

Un peu moins que d'habitude.

A 250°C, environ 20 minutes.

**alto**  
Source  
de  
fibres

