





# La baguette

> **PÉTRISSAGE AU ROBOT** Dans la cuve, versez la farine et l'eau. Mélangez 4 minutes à vitesse lente. Sortez la cuve du batteur et couvrez-la d'un linge légèrement humide. Laissez reposer 1 heure. Ajoutez ensuite le levain liquide (ou déshydraté), la levure et le sel. Mélangez 4 minutes à vitesse lente, puis 7 minutes à vitesse rapide.

> **PÉTRISSAGE À LA MAIN** Mettez la farine sur le plan de travail ou dans un saladier et faites un large puits. Versez-y les deux tiers de l'eau et mélangez jusqu'à ce que toute la farine soit absorbée. Laissez reposer 1 heure sous un linge légèrement humide. Incorporez alors le reste de l'eau, le levain liquide (ou déshydraté), la levure émiettée et le sel. Pétrissez la pâte jusqu'à ce qu'elle soit souple et lisse.

> Formez une boule. Laissez pousser pendant 1 h 30 sous un linge. En fin de pousse, la pâte aura pris du volume.

> Farinez le plan de travail. Divisez la pâte en 3 pâtons de poids égal (300 g environ). Roulez-les sur eux-mêmes en les allongeant légèrement. Laissez reposer 30 minutes sous un linge.

> Aplatissez délicatement les pâtons avec la paume de la main. Prenez-les dans le sens de la longueur. Repliez un pâton d'un tiers et pressez avec les doigts **1**. Tournez-le de 180°, repliez-le d'un peu plus d'un tiers et pressez de nouveau. Pliez enfin le pâton en deux dans le sens de la longueur et soudez les bords en appuyant avec la base de la main **2**. Roulez-le sous vos mains jusqu'à ce qu'il atteigne 55 cm de long, en affinant les extrémités en pointe **3**. Façonnez ainsi les autres pâtons.

> Placez les baguettes sur un linge fariné, soudure en dessous ; créez des plis pour séparer les pâtons. Couvrez d'un linge légèrement humide et laissez pousser pendant 1 h 40. En fin de pousse, les baguettes auront pris du volume **4**.

> Préchauffez le four à 230 °C (therm. 7-8) après avoir placé une plaque en position basse.

> Placez délicatement les baguettes, soudure en dessous, sur une autre plaque recouverte de papier sulfurisé. Farinez-les et donnez 4 coups de lame légèrement obliques en reprenant chacun à la hauteur du tiers du précédent **5**. Juste avant d'enfourner, versez 5 cl d'eau sur la plaque chaude. Faites cuire 20 minutes.

> À la sortie du four, laissez les baguettes refroidir sur une grille.

## ⌚ LES TEMPS

pétrissage	15 min
pré-fermentation (autolyse)	1 h
première pousse (pointage)	1 h 30
repos (détente)	30 min
seconde pousse (apprêt)	1 h 40
cuisson	20 min

### Pour 3 baguettes de 300 g environ

500 g de farine de blé T 65
325 g d'eau à 20 °C
100 g de levain liquide (ou 25 g de levain déshydraté)
3 g de levure de boulanger fraîche
10 g de sel