

<p align="center"><b>Fiche technique :</b></p> <p align="center"><b>Pain blanc</b></p> <p align="center"><b>(Pâte levée à la levure de boulanger)</b></p> 	<p align="center"><b>Nom :</b></p> <p align="center">.....</p> <p align="center"><b>Prénom :</b></p> <p align="center">.....</p> <p align="center"><b>Date :</b></p> <p align="center">.....</p>	<p align="center"><b>Fiche N°</b></p> <p align="center">.....</p>
<p align="center"><b>Ingédients</b></p>	<p align="center"><b>Durée</b> <b>(en minutes ou en heures)</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Farine type 55 : 250 g</li> <li>• Eau tiède : 150 g</li> <li>• Levure de boulanger : 1 cuillère à café bombée</li> <li>• Sel fin : 1 ½ cuillère à café</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Temps de préparation : 10 min</li> <li>• Temps de levée : 1h50 environ</li> <li>• Temps de cuisson : 25 à 30 min</li> </ul>	
<p align="center"><b>Techniques de préparation</b></p>	<p align="center"><b>Matériel</b></p>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Délayer la levure dans 2 cuillères à soupe d'eau tiède dans un verre</li> <li>2. Mettre la farine, le sel, la levure et l'eau dans un saladier et mélanger à la main.</li> <li>3. Effectuer la première levée dans un saladier fariné ou calotte recouvert d'un film alimentaire pendant 1H30 environ.</li> <li>4. Déposer la pâte sur le plan de travail fariné.</li> <li>5. Façonner votre pâte en forme de boule.</li> <li>6. Mettre le pain ainsi formé sur une plaque à pâtisserie avec du papier de cuisson et laisser lever 20/ 30 min environ.</li> <li>7. Préchauffer le four à 240°C.</li> <li>8. Faire des entailles aussi profondes que possible (possibilité de formes) dans le pain.</li> <li>9. L'enfourner dans un four très humide (mettre un ramequin rempli d'eau dans le four) et laisser cuire ¼ heure à 240°C, puis ¼ d'heure à 200°C.</li> <li>10. Sortir le pain et le déposer sur une grille.</li> </ol>	<p>1 verre</p> <p>2 Calottes ou saladiers</p> <p>Balance</p> <p>Cuillère à soupe</p> <p>Cuillère à café</p> <p>Plaque à pâtisserie</p> <p>Papier cuisson</p>	