

Maryse et Vincent, de la boulangerie Un pain de côté, nous livrent ici quelques-uns de leurs secrets...

Au rythme du pain...

À midi, la veille, le levain-chef (eau + farine fermentés) est rafraîchi : on lui donne à « manger » farine et eau en quantité suffisante pour ensemencher toutes les pâtes.

De 16h à 18h, le pétrissage : on prélève un peu de levain pour chaque pâte à pétrir, on ajoute l'eau, le sel et les différentes graines selon une recette. Le pétrissage est court et lent pour ne pas chauffer la pâte. Un calcul assez précis de la température de l'eau est fait chaque jour en fonction de la température du fournil, de la météo, pour que la pâte lève tranquillement.

Chaque pâte est placée dans une bassine et « pointe » (lève ou pousse) entre 6 et 10 heures. Plus le pointage est long, plus le levain développera ses saveurs, plus la fermentation obtenue favorisera une meilleure digestion de l'acide phytique présent dans le pain complet.

Le reste de levain-chef est placé au frigo et repose jusqu'au lendemain.

Vers 20h00, on sort chaque pâte de sa bassine pour la rabattre et lui donner de la force, de l'élasticité.

Entre minuit et 4h00 (selon le nombre de fournées), on divise chaque pâte manuellement en boule de 1,2 kg et on façonne ces boules en forme de pains. Ces pâtons lèvent une nouvelle fois sur des couches de lin dans un parisien (meuble à étagères fermé) entre 1 heure et 1 heure 30.

Le four est chaud, on enfourne à 250°C pendant 3/4 d'heure et 1/4 d'heure en chaleur tombante pour finir la cuisson à l'intérieur. Pendant cette cuisson, on prépare la suivante, et ainsi de suite...

En fin de matinée, c'est le tour des pains briochés et viennoiseries qui cuisent à 200°C.

Le temps de mettre toutes ces merveilles en caisses, de préparer le levain-chef du lendemain (et oui, il est midi), un repas bien mérité, une sieste bienvenue et c'est parti pour la livraison pour l'un d'entre nous, tandis que l'autre pétrit.

Évidemment, impossible de donner par écrit tous les détails de la fabrication de ces pains artisanaux, c'est peut-être un moyen pour vous mettre l'eau à la bouche et venir vivre quelques heures au fournil et comprendre cette alchimie !

À très bientôt ...

Maryse et Vincent