

Céraine

Préparation pour baguette aux graines



- > **Baguette aux graines, aux saveurs toastées.**
 - Contient 5 graines : sésame, lin brun, tournesol, pavot, millet.
 - Contient des flocons de blé malté.
 - Goût de graines très prononcé.
 - Mie blanche, fondante et généreuse en graines.
 - Croûte dorée, croustillante, laissant apparaître les graines.
- > **4 coups de lame.**
- > **Excellente conservation.**
- > **Source de protéines et de fibres.**

Se déguste avec :

- Des salades composées et des fromages frais pour un équilibre parfait.

Céraine

Méthode	Direct	Pousse Contrôlée et Pousse Lente	Pointage en Froid
Ingrédients			
Campaillette Céraine		1 000 g	
Eau		680 g (+/- 20 g)	
Moul-Bie Lissor Tempo ou Lissor Salto	-	10 g	-
Température de base		Batteur / Spirale : 48°C Axe oblique / Artofex : 50°C	
Frasage		5 min. en 1 ^{ère} vitesse	
Autolyse (recommandé)		60 min. minimum	
Sel Campaillette		18 g	
Levure	7 g (+/- 1 g)	Pousse Contrôlée : 14 g (+/- 2 g) Pousse Lente : 7 g (+/- 1 g)	7 g (+/- 1 g)
Pétrissage			
Batteur / Spirale			
1 ^{ère} vitesse		5 min.	
2 ^{ème} vitesse		7 min.	
Axe oblique / Artofex			
1 ^{ère} vitesse		5 min.	
2 ^{ème} vitesse		14 min.	
Température de pâte		24 à 25°C	
Fermentation et Façonnage			
Pointage	1 h 30 avec 1 rabat. (45 min. - 1 rabat léger facultatif - 45 min.)	20 min.	60 min. avec un rabat léger pli en 3
Blocage	-		12 à 14 h à 4°C
Division		300 g	
Mise en forme		Allongée avec serrage modéré	
Détente	20 min.		60 min. Il faut que les pâtons atteignent au moins 13°C à cœur
Façonnage		Rouleaux desserrés, allongement à 47 - 50 cm avec les bouts bien ronds	
Blocage	-	Pousse Contrôlée : 10 à 15 h à 4°C	-
Aprêt	1 h à 1 h 15 à 25°C	Pousse Contrôlée : 3 h à 18°C Pousse Lente : à partir de 14 h à 8°C	1 h à 1 h 15 à 25°C

Quelle que soit la méthode de fabrication, les baguettes peuvent être cuites de manière classique ou précuites.

Mise au four		
Cuisson	Classique	Précuit en frais
Lamage		4 coups de lame
Température de cuisson		240°C (+/- 20°C)
Dose de buée		Quantité identique à une baguette blanche
Durée de cuisson	18 à 20 min. environ	(Précuisson) 10 min. en four à sole, sur sole
Ressuage des produits précuits	-	Sur grille, 45 min. puis mise sous plastique pendant maximum 12 h sur une échelle à température ambiante (20 à 25°C)
Cuisson des produits précuits	-	10 min. en four à sole à 240°C (+/- 20°C) sur plaque initialement à température ambiante pour éviter le cintrage ou 10 min. en four ventilé à 200°C. Buée facultative
Ressuage		Sur grille, 30 min.

Les temps indiqués doivent être adaptés en fonction du matériel utilisé.

Ingrédients

Farine de blé - Graines de sésame - Graines de lin brun - Graines de tournesol - Graines de pavot - Flocons de blé malté - Graines de millet - **Gluten de blé** - Agent de traitement de la farine : E300 - Enzymes* (α-amylase - Xylanase).
Graines : 14 %

*Les enzymes sont des auxiliaires technologiques qui ne figurent pas sur l'étiquetage du produit final.

Présence éventuelle d'œuf, de lait et de soja.

Déclaration nutritionnelle pour 100 g de préparation

Énergie (kJ)	1 593
Énergie (kcal)	378
Matières grasses (g)	7,0
dont acides gras saturés (g)	0,9
Glucides (g)	63,4
dont sucres (g)	0,9
dont amidon (g)	62,5
Fibres alimentaires (g)	5,5
Protéines (g)	12,4
Sel (g)	0,04



UNIS POUR LE
GOÛT