



GRAINES
DE
CURIEUX

Recette de baguettes de blés anciens

Il n'est pas toujours nécessaire de déployer des techniques sophistiquées pour obtenir un résultat aussi beau qu'appétissant!

Ingrédients

Pour 2 baguettes de 300 g

- 375g de farine blanche de blés anciens Graines de Curieux
- 300 g d'eau tiédie
- 10g de levure fraîche
- 7g de sel
- 4 c à soupe de graines en mélange : lin, pavot, courge

Préparation

1. Dans un petit bol, mélanger la levure émiettée avec 1 c.à.s. de farine et 2 à 3 c.à.s. d'eau tiède. Laisser la levure agir durant 10 min
2. Incorporer ceci à la farine et à l'eau. Ajouter le sel et bien mélanger pour obtenir une pâte molle. Laisser reposer 1 h sous un linge humidifié près d'une source de chaleur, un radiateur par exemple.
3. A défaut de moule à baguette, on peut utiliser des moules à bûches de Noël. Les habiller de papier sulfurisé. Déposer la pâte assez molle dans ces moules à l'aide d'une cuillère. Parsemer le mélange de graines.
4. Enfourner immédiatement dans un four préchauffé à 230°C. Compter 20 min de cuisson.
5. Démouler immédiatement sur grille. La mie est dense et aérée.