

Miche de Pain aux Olives

Recette pour 4 personnes



Description

Boule de pain, la mie est légèrement violacée, belle croûte dorée

L'astuce du chef

Attention, les quantités d'eau peuvent varier, cela va dépendre de :

- 1/ la force de votre farine
- 2/ l'humidité dans la pièce
- 3/ la chaleur extérieure

Suivant les olives utilisées, le taux de sel peut varier?

Ingrédients

Base Poolish

- 305 Ml Eau froide
- 10 Gr Sel
- 100 Ml Jus d'olive noire
- 525 Gr Farine
- 8 Gr Levure de boulanger
- 20 Unité(s) Olives noires dénoyautées

Pointage

- 65 Gr Farine

Préparation

- Temps de préparation **1440 mins**
- Préchauffez votre **four** à **450 F°**

Poolish

Dans un bol, versez votre eau froide, le jus d'olive noire, le sel, brassez avec une fourchette pour diluer le sel dans l'eau.

Ajoutez la farine puis la levure, les olives et brassez à nouveau avec la fourchette.

Assurez-vous que toute la farine est bien humidifiée, mais nous ne recherchons pas à ce que la pâte soit homogène.

A l'aide d'un film plastique alimentaire, couvrez votre bol hermétiquement. Réalisez cette opération en fin de journée, puis laissez la poolish sur votre comptoir toute la nuit.

Rabattage et Pointage

Le lendemain, fariner légèrement vos mains, ramener les bords de la poolish vers le centre du bol, répétez l'opération autant de fois que nécessaire, de manière à former une boule au centre du bol.

Farinez un autre bol généreusement, y déposer la boule de pâte, la clef vers le haut (à l'envers) refermez d'un film alimentaire hermétiquement.

Laisser pointer votre pâte durant 45 mn à 1 heure environ. Cette dernière doit doubler de volume environ.

Préparation du four

Placez dans votre four chaud, une casserole d'au moins 5 litres de volume en capacité, avec son couvercle adéquat. Cette casserole doit chauffer à vide au moins 45 minutes, avant de recevoir le pain.

Façonnage et finitions

Sortez la casserole du four, retournez délicatement le bol avec la pâte à pain au dessus de la casserole chaude. Recouvrez du couvercle la casserole pour y enfermer le pain, puis placez là dans le four durant 30 minutes. Ensuite retirez uniquement le couvercle du four, et poursuivez la cuisson durant encore 30 minutes, dans le but d'y apporter une coloration. A la sortie du four démouler votre pain et poser le sur une grille surélevée de manière à le faire refroidir, sans créer d'humidité.

Bon appétit!