

Boule rustique

- 4 1/2 tasses de farine tout usage
- 2 tasses de farine à grains entiers riche en gluten (farine de blé complet pour moi)
- 2 c. à soupe de levure à action rapide
- 1 1/2 c. à soupe de sel de table fin
- 3 tasses d'eau tiède

Mettre l'eau et la levure dans la cuve du mélangeur sur socle et bien mélanger. Ajouter le reste des ingrédients. Pétrir jusqu'à l'obtention d'une boule souple au toucher et peu collante.

Mettre dans un bol légèrement huilé, couvrir d'une pellicule plastique et laisser lever environ 2 hres.

Poser la pâte sur une surface enfarinée, la façonner en boule et la séparer en 2 parts égales. Façonner chaque part en boule égale. Les déposer sur une plaque en métal légèrement huilé. Faire des incisions sur la pâte.

Saupoudrer les boules de farine, couvrir d'un torchon à vaisselle et laisser reposer 40 minutes.

Préchauffer le four à 450 F. Y déposer un lèche-frite sur la grille inférieure.

Mettre le pain au four et verser 2 tasses d'eau dans le lèche-frite pour créer de la buée. Cuire le pain 15 minutes et verser 2 tasses d'eau supplémentaires dans le lèche-frite. Continuer la cuisson pendant 12-15 minutes.

(Source: Kat - Douceurs au palais, inspirée du livre: Pain - Judith Fertig)