

# LOR' DES CHAMPS

\* Farines bio pour pains de tradition française \*

## Conseils de panification

### INGRÉDIENTS

Farine AB pour pain de tradition	1000 g
Eau (température base 60°C)	650 ml
Sel	18 g
Levure	6 à 8 g
Pâte fermentée	100 à 150 g
Eau bassinage	30 ml

### MÉTHODE & ÉTAPES DE FABRICATION

Recette avec apport de pâte fermentée.

1. Frasage : 5 mn en 1<sup>re</sup> vitesse (farine + eau)
2. Repos autolyse : 30 mn à 1 h (selon force)
3. Pétrissage spirale 1<sup>re</sup> vitesse : 8 mn (avec sel, levure, pâte fermentée), puis 2 à 3 mn en 2<sup>e</sup> vitesse et bassinage
4. Pointage : 30 mn
5. Mise en bac avec rabat à 3°C (frigo)
6. Le lendemain : détailler, mettre en forme et façonner
7. Apprêt : 50 à 60 mn selon température ambiante
8. Cuisson 250° à 260°C + ou - 20 mn

## Les types de farines disponibles

### Les + du produit :

farines de blés biologiques pour pains de tradition française écrasées sur meules de pierres et sur cylindres ;  
sans additifs, auxiliaires technologiques ou améliorants ;  
de provenance locale, origine Parc naturel régional de Lorraine 100% garantie.

### Une gamme complète pour répondre aux besoins des boulangeries artisanales :

T65, un incontournable pour préparer les baguettes et pains de tradition française, T80, utilisée pour les grosses pièces (miche, pain rustique, pain à l'ancienne...), T110, parfaite pour les pains spéciaux.



## Où trouver les farines issues de la filière ?



MOULIN  
DE CLEFCY

Moulin de Clefcy  
157 voie du Moulin  
88230 Ban-sur-Meurthe-Clefcy  
contact@moulindeclefcy.fr  
06 70 96 40 93



LE MOULIN D'HEUCHELOUP

Moulin d'Heucheloup  
4 Heucheloup  
88270 Begnécourt  
contact@moulin-heucheloup.com  
03 29 36 64 82



Parc  
naturel  
régional  
de Lorraine