

Levain



Levain-chef

300 ml d'eau du robinet
300 g de farine de seigle
1 pomme, râpée

1. Dans un verre, verser 50 ml d'eau du robinet tiède avec 50 g de farine et la pomme râpée. Bien mélanger et couvrir légèrement sans fermer hermétiquement. Placer dans un endroit chaud (25-28°C) pendant 24 heures.
Ce processus doit être répété pendant au moins trois jours. Deux bulles isolées doivent être visibles dans le verre dès le premier jour, une odeur désagréable peut se former. Le volume doit augmenter régulièrement. Dès qu'un doublement du volume total est visible au bout de 24 heures, passer à la deuxième étape. Si entre-temps, des moisissures se sont formées dans le verre, le levain-chef ne peut plus continuer à être utilisé et doit être renouvelé.
2. Retirer environ 50 g du mélange, le mélanger avec 50 g d'eau tiède et 50 g de farine et le transvaser dans un autre petit verre. Il s'agit du levain-chef actif fini qui peut être conservé au réfrigérateur pour l'élevage suivant.

Levain

Pour 250 g :

10 g de levain-chef
120 ml d'eau
120 g de farine de seigle

1. Dans un saladier, mélanger le levain-chef avec la farine et l'eau. Laisser mûrir de 8 à 16 heures ou pendant la nuit à une température d'environ 22-26°C. Le levain est arrivé à maturité dès qu'il se bombe vers le haut. À partir de ce moment, le levain peut être utilisé pour préparer la pâte à pain.