

Epoca

Méthode directe

Pousse Contrôlée

MÉLANGE

1 000 g	Campaillette Epoca	1 000 g
700 g (+/- 20 g)	Eau sans bassinage	670 g (+/- 20 g)
Partir à 660 g puis ajouter 30 à 50 g en 2 ^{ème} vitesse	Eau avec bassinage	Partir à 640 g puis ajouter 30 à 50 g en 2 ^{ème} vitesse
-	Sécur'Détente ou Sécur'Tolérance	5 g
5 min en 1 ^{ère} vitesse	Fasage	5 min en 1 ^{ère} vitesse
30 min minimum	Autolyse (recommandé)	30 min minimum
16 g	Sel	16 g
7 g (+/- 1 g)	Levure	14 g (+/- 2 g)

PÉTRISSAGE

	Batteur/Spirale	
56°C	Température de base	56°C
5 min	1 ^{ère} vitesse	5 min
4 min	2 ^{ème} vitesse	4 min
	Axe oblique/Artofex	
56°C	Température de base	56°C
5 min	1 ^{ère} vitesse	5 min
8 min	2 ^{ème} vitesse	8 min
À partir de la 2 ^{ème} min (en batteur ou spirale) en 2 ^{ème} vitesse, et jusqu'à incorporation de l'eau À partir de la 6 ^{ème} min (en axe oblique) en 2 ^{ème} vitesse, et jusqu'à incorporation de l'eau	Bassinage	À partir de la 2 ^{ème} min (en batteur ou spirale) en 2 ^{ème} vitesse, et jusqu'à incorporation de l'eau À partir de la 6 ^{ème} min (en axe oblique) en 2 ^{ème} vitesse, et jusqu'à incorporation de l'eau
24 à 25°C	Température de pâte	24 à 25°C

FERMENTATION ET FAÇONNAGE

2 h	Pointage	15 min
350 g	Division	350 g
Allongée avec serrage modéré	Mise en forme	Allongée avec serrage modéré
20 min	Détente	20 min
Rouleaux desserrés, allongement à 46-48 cm	Façonnage	Rouleaux desserrés, allongement à 46-48 cm
-	Blocage	10 à 15 h à 3°C
1 h à 25°C	Apprêt	3 h à 20°C

Quelle que soit la méthode de fabrication, les baguettes peuvent être cuites de manière classique ou précuites.

MISE AU FOUR

Léger au tamis	Fleurage	Léger au tamis
Lamage en forme de S, avec changement d'inclinaison de la lame à partir du milieu de la baguette	Lamage	Lamage en forme de S, avec changement d'inclinaison de la lame à partir du milieu de la baguette
250°C (+/- 20°C)	Température de cuisson	250°C (+/- 20°C)
Quantité identique à une baguette blanche	Dose de buée	Quantité identique à une baguette blanche
20 à 22 min environ	Durée de cuisson	20 à 22 min environ
Sur grille, 30 min	Ressuage	Sur grille, 30 min

Les temps indiqués doivent être adaptés en fonction du matériel utilisé.

Ingrédients

Farine de **blé**, farine de **seigle**, farine d'**épeautre (blé)**, farine de **blé** de Khorasan, graines de tournesol, **graines de sésame**, **gluten de blé**, levain de germe de **blé** désactivé et déshydraté (farine de germe de **blé**, fractions de **blé**), farine de **blé** malté, malt d'**orge** toasté, agent de traitement de la farine (E300).

Céréales anciennes : 10 %
Graines : 5 %

Présence éventuelle : œuf, soja, lait.

Déclaration nutritionnelle pour 100 g de préparation

Énergie (kJ)	1 520
Énergie (kcal)	359
Matières grasses (g)	4,0
dont acides gras saturés (g)	0,6
Glucides (g)	66,2
dont sucres (g)	1,0
Fibres alimentaires (g)	5,3
Protéines (g)	12,0
Sel (g)	0,01