

Types de farine de blé

Type	Utilisation	Force de la farine
T45 Farine type 00	Gâteaux, Pancakes	A partir de 300
T65 Farine type 1	Pain, pizza	Entre 180 et 220
T110 Farine type 2	Pain complet	Entre 80 et 100

Une farine présentant une force inférieure à 250 est considérée comme une farine faible au contraire une farine supérieure à 250 est considérée forte.

La force de la farine est déterminée par un alvéographe qui prend en compte l'extensibilité et l'élasticité de la même.

En synthèse une farine plus faible contient moins de **gluténine** et par conséquent est plus facile de façonner, au contraire d'une farine avec plus de force qui est considérée meilleure pour de longues fermentations et sert mieux au moment d'intégrer plus de gras et d'eau.

Comentado [jph1]:

LE GLUTEN

Est une protéine que l'on retrouve dans plusieurs céréales, dont le blé, l'orge, l'avoine, le seigle. Quand on parle de sans gluten l'on exclue du régime alimentaire toute trace de la protéine.

LE GRAS EN PÂTISSERIE

La margarine : est le résultat d'une émulsion d'huile et d'eau.

Cette information peut être utilisée à notre faveur surtout au moment que l'on souhaite réduire les aliments transformés. Il faudra retenir le mot essentiel dans cette définition que c'est « l'émulsion ».

Une émulsion est constituée de deux ingrédients liquides insolubles l'un dans l'autre qui finit par ressembler à une préparation homogène grâce à un agent émulsifiant et l'action de l'agitation.

Les margarines les plus employées en pâtisserie sont celles à un 80% et un 50% du gras dont le restant de ce pourcentage représente l'émulsifiant et de l'eau.

L'émulsifiant que l'on utilisera le plus en pâtisserie végétale c'est le soja

L'huile d'olive : l'un des huiles le plus employé au monde, très connu pour conserver ses propriétés même après d'avoir été mis à haute température.

Une de ses propriétés c'est son élevé point de fumée de 210°C. Cela veut dire qu'il ne subira pas des changements chimiques sous haute température.

La pression à froid est souvent utilisée pour ce type de produit ce que nous permet d'avoir un produit final pratiquement brut, puisque les olives sont juste pressées et elles ne subissent pas d'autres processus comme décoloration ou la désodorisation. Privilégier des huiles à pression au froid nous assure d'avoir un produit final de qualité.

RECETTES

Brioche à l'huile d'olive

300g Farine de blé T55

200g Farine de blé T45

1 c/c Fleur d'oranger

Huile d'olive 120g

1 Gousse de vanille

275g d'eau

60g sucre blond

8g sel

25g levure de boulanger fraîche

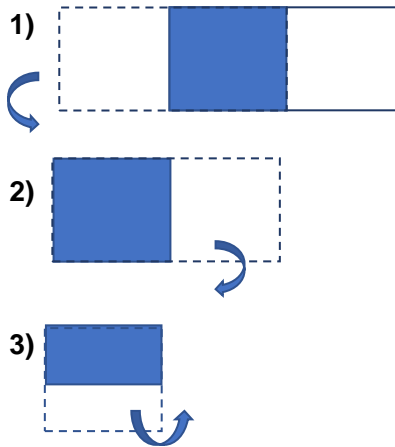
PRÉPARATION

Pétrissage au robot

- 1) Placer tous les ingrédients (sauf l'huile, les graines de la gousse de vanille, la fleur d'oranger) dans la cuve du robot
- 2) Bien mélanger à vitesse basse jusqu'à obtenir une pâte homogène (cette étape est connue comme le frasage)

3) Intégrer les ingrédients restants puis augmenter la vitesse graduellement et pétrir jusqu'à la pâte décolle de la paroi de la cuve.

Le rabat



Repos

La pâte a besoin de se reposer minimum une heure à température ambiante ou à une température entre 26 et 30C (couvrir avec un torchon)

C'est possible de laisser reposer la pâte dans un frigo (les basses températures seulement retardent le processus de fermentation, donc il faudra attendre jusqu'à 4h pour obtenir la fermentation souhaité).

Cuisson

Chaleur tournante à 180C

À 90C -94C la brioche est prête (à partir d'une demi-heure)

Pour lui donner un coté brillant mélanger de la confiture d'abricot et de l'eau en parties égales et à l'aide d'un pinceau couvrez la surface de la brioche.

Composition d'une CRÈME PÂTISSIÈRE traditionnelle.

Ingrédients	Apport
Lait	Gout et protéines
Jaune d'œuf	Épaississant et protéines
Sucre	Pouvoir sucrant
Farine ou fécule	Épaississant
Beurre	Gras

Pour l'obtenir on prépare une infusion du lait avec de la vanille ou autre aromate, puis on ajoute en deux fois à la préparation du reste des ingrédients pour finalement le réchauffer sans dépasser les 85C (point de coagulation de l'œuf).

En pâtisserie végétale c'est possible de simplifier les processus de préparation surtout car on est moins regardants des bactéries pathogènes comme la salmonelle.

CRÈME PÂTISSIÈRE

200g de Lait de soja vanillé

20g de Fécule de maïs

1 gousse de vanille

40g de sucre

20g d'huile de coco/ huile d'olive

Note : Par chaque 100g de lait de soja 10g de fécule de maïs, 20g de sucre et 10g d'huile

Préparation

Cuisson de tous les ingrédients dans une casserole

Puis attendre deux minutes après le point d'ébullition pour être sûr que la cuisson à bien activé les propriétés de la fécule

Finalement ajouter l'huile en mixant avec un mixeur plongeur.

FARCE à la CANNELLE

120g de sucre (60g sucre complet et 60g blond)

80g d'huile d'olive

20g de lait soja

2g de sel

5g de cannelle en poudre

Mixer les ingrédients dans un bol

NOTE PRÉPARATION final :

Brioche :

- 1) Pour manipuler la pâte il faut toujours se servir d'un peu de farine pour éviter qu'elle colle à la surface de travail.
- 2) Peser la pâte et séparer en parties égales en faisant de boulettes qu'iront se disposer dans un moule de la façon que vous le souhaitez.
- 3) Il faut toujours prendre en compte que les boulettes ne doivent pas arriver jusqu'au bord du moule avant la deuxième fermentation.

Brioche à la crème :

- 1) Pour manipuler la pâte il faut toujours se servir d'un peu de farine pour éviter qu'elle colle à la surface de travail.
- 2) Étirer la pâte et étaler la crème pâtissière à l'aide d'une spatule coudé en laissant une fine couche. Ceci évite que la brioche après la cuisson se déforme.
- 3) Comme pour la brioche précédente c'est toujours mieux de couvrir avec un mélange de confiture et eau ou du sirop (parties égales de sucre et eau)

Cinnamon rolls :

- 1) Pour manipuler la pâte il faut toujours se servir d'un peu de farine pour éviter qu'elle colle à la surface de travail.
- 2) Étirer la pâte et étaler la farce cannellée à l'aide d'une spatule coudé en laissant une fine couche.

3) Au lieu de couvrir avec un sirop versez le glaçage comme vous le souhaitez avant que les rolls refroidissent.

Glaçage

280g de sucre glace

58g d'une boisson végétale

(21% liquide pour obtenir un glaçage)

Mixer les ingrédients dans un bol