

Appareil à levain Kilner®

Réf. 233-448

Kit de démarrage pour levain
0,35 litre

Kit de démarrage pour levain

Pour pouvoir fabriquer du pain au levain ou d'autres produits alimentaires à base de levain, vous avez besoin d'un starter appelé aussi « démarreur de levain » - à cette fin, vous devez préalablement laisser fermenter un mélange de farine et d'eau. C'est relativement simple mais demande un peu de temps. Ensuite, vous pouvez toujours continuer à utiliser ce démarreur.

Un démarreur de levain est une culture vivante qui commence à fermenter dès qu'elle est employée. Les levures et les bactéries contenues naturellement dans la farine commencent à fermenter. Le démarreur de levain se transforme en une levure qui contribue au goût du levain et fait par ailleurs fermenter la pâte. Il est très simple de fabriquer son propre démarreur de levain, celui-ci peut être utilisé au bout de 7 - 10 jours.

Recette pour le kit de démarrage de levain

INGRÉDIENTS :

- Farine de froment ou farine de blé complet
- Eau filtrée ou eau préalablement bouillie et refroidie

PRÉPARATION :

1er JOUR :

Prenez le couvercle de mesure Kilner®, puis mesurer 60 g de farine et 60 g d'eau (cf. les marques de mesures) puis videz-les dans le bocal. Mélangez les ingrédients à l'aide de la spatule jusqu'à ce que la pâte soit lisse et ne présente plus de grumeaux. Revissez le couvercle de façon non hermétique puisque vous devez laisser entrer de l'air dans le bocal. Laissez reposer le bocal 24 heures à une température ambiante de 20 - 22°C.

2e JOUR :

Remuez le démarreur de levain pour emprisonner de l'air, revissez de nouveau le couvercle non hermétiquement et laissez reposer 24 heures de plus à la température ambiante.

3e JOUR :

Commencez à alimenter la pâte.

Prenez 60g du démarreur que vous avez préparé le 1er jour et le 2e jour et mettez-les dans un bocal propre. Vous pouvez utiliser le reste du mélange pour faire des crêpes et du pain indien. Mesurez 60 g de farine et 60 g d'eau avec le couvercle de mesure Kilner® et mélangez les deux avec le démarreur dans le même bocal. Utilisez la spatule pour remuer le mélange. Marquez le niveau de remplissage du démarreur avec un élastique. Revissez le couvercle non hermétiquement puisque vous devez laisser entrer de l'air dans le bocal. Laissez reposer le récipient à une température ambiante de 20-22°C. Le démarreur de levain va commencer à se cultiver - des bulles commencent à se former à l'intérieur du récipient.

3e et 7e JOURS :

Alimentez la pâte deux fois par jour.

Recommencez cette procédure chaque jour, 7 jours de suite. La levure devrait déjà être activée si bien que le démarreur monte quand il se réchauffe et devient actif.

La pâte laissera des traces les côtés du bocal si elle a faim.

Ainsi vous pouvez voir si le démarreur a réussi, les parois du bocal doivent être maintenues aussi propres que possible.

Pesez 60 g du démarreur - utilisez le reste à d'autres fins. Enlevez le plus possible de restes, en grattant des parois du bocal. Pesez deux fois par jour 60 g du démarreur et enlevez le reste.

Mesurez 60 g de farine et 60 g d'eau avec le couvercle de mesure Kilner® et mélangez les deux avec le démarreur dans le même bocal. Remuez le mélange avec la spatule et enlevez les restes des parois intérieures du bocal. Marquez le niveau du démarreur avec un élastique. Revissez le couvercle sans le serrer pour laisser entrer de l'air dans le bocal. Laissez reposer le bocal à une température ambiante de 20-22°C pendant 24 heures.

Le 4^e jour faites attention aux signes de faim. Ces signes se manifestent par le fait que le démarreur monte et descend. Si le démarreur ne montre aucun signe d'activité, ne le nourrissez qu'une seule fois par jour. Si vous nourrissez le démarreur alors qu'il n'a pas faim, vous diluez la levure en train de croître. Entre le 5^e jour et le 7^e jour le démarreur devrait être visiblement actif, faire des bulles et monter. Son volume devrait presque avoir doublé.

7^e JOUR :

Le volume du démarreur devrait avoir doublé dans les 4 - 6 jours qui suivent l'alimentation. Laissez le démarreur reposer pendant 8 heures à la température ambiante. A ce stade, le démarreur devrait être actif, traversé de bulles et avoir atteint le bord supérieur du bocal.

7^e- 8^e JOUR :

Test de flottaison : Pour tester le démarreur, mettez une cuillère à café de démarreur dans un verre d'eau. S'il flotte, vous pouvez maintenant faire du pain au levain.

Si le démarreur ne flotte pas, il a encore besoin de quelques jours. Continuez à le nourrir une ou deux fois par jour, jusqu'à ce que vous puissiez voir qu'il monte et descend régulièrement puis refaites un test de flottaison. Si vous avez besoin d'une pause, vous pouvez conserver le démarreur au frigidaire jusqu'à 7 jours. Puis, essayez de nouveau.

Recette pour le pain au levain

INGRÉDIENTS :

- 500 grammes de farine pour pain blanc non blanchie à forte teneur en amidon
- 300 grammes de démarreur de levain mûr
- 250 ml d'eau filtrée
- 2 cuillerées à café de sel
- huile sans saveur

PRÉPARATION :

1. Mélanger la farine, le démarreur à levain et 250 ml d'eau dans un bol mélangeur. Ajoutez le sel.
2. Mettez la pâte sur une surface farinée et pétrissez-la pendant 10 minutes.
3. Mettez maintenant la pâte dans un saladier légèrement huilé, recouvrez-la d'un chiffon humide et laissez-la prendre du volume pendant 2,5 à 3 heures.
4. Mettez la pâte sur surface de travail et pétrissez-la brièvement pour chasser les bulles. Faites une boule lisse avec la pâte et saupoudrez-la de farine.
5. Prenez un saladier et un chiffon de cuisine propre puis saupoudrez-les de farine ou utilisez un panier de fermentation.
6. Mettez la pâte - côté enfariné vers le haut - dans un saladier ou un panier de fermentation et couvrez-la.
7. Laisser lever la pâte à la température ambiante jusqu'à ce son volume double. Cela peut durer entre 4 et 8 heures.

8. Mettre au four un grande plaque de cuisson et préchauffer à 230°C /210°C, air pulsé
9. Remplissez d'eau un petit moule à rôtir et mettez-le dans le four pour produire de la vapeur.
10. Retirer la plaque de cuisson du four, la saupoudrer de farine puis verser prudemment la pâte sur la plaque.
11. Si vous le désirez, faites une entaille sur la partie supérieure de la pâte. Puis faites cuire la pâte pendant 35 à 40 minutes jusqu'à ce qu'elle soit dorée
12. Laissez refroidir sur une grille avant de servir.

Recette pour les crêpes au levain

Pour 4 personnes

INGRÉDIENTS :

- 60 g de démarreur mûr
- 2 œufs
- 90 ml de lait
- 60 g de farine de froment
- 10 g de beurre
- une pincée de sel

PRÉPARATION :

1. Mettez le démarreur à levain dans un bol de mélange, ajoutez les œufs et le lait.
2. Batre les ingrédients au fouet.
3. Ajoutez la farine et le sel et mélangez le tout au fouet pour obtenir une pâte lisse.
4. Faites fondre le beurre dans une grande poêle à chaleur moyenne.
5. Travaillez la pâte de façon à obtenir des crêpes régulières
6. Faites frire les crêpes des deux côtés jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
7. Si nécessaire, ajoutez du beurre dans la poêle.
8. Poser les crêpes sur un plateau et déguster !

Recette pour le pain indien « Naan »

Pour 4 personnes

INGRÉDIENTS :

- 60 g de démarreur mûr
- 100g de yaourt nature
- 150 g de farine de froment ou de farine complète
- 4 cuillères à café d'huile d'olive
- une pincée de sel
- de la coriandre

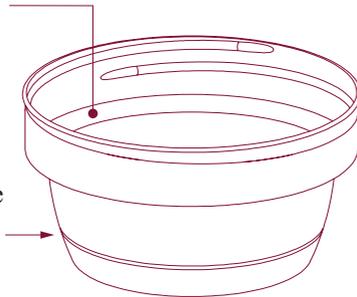
PRÉPARATION :

1. Mettez tous les ingrédients dans un bol de mélange et battez-les. Ensuite pétrissez brièvement à la main, puis couvrez et mettez de côté. Laissez lever la pâte à la température ambiante pendant une heure.
2. Partagez la pâte en quatre portions et formez des pains circulaires ronds
3. Faites chauffer une grande poêle à chaleur moyenne.
4. Mettez les pains dans la poêle sèche et faites-les frire jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
5. Tournez les pains et versez quelques gouttes d'huile d'olive sur la surface pour les garder humides.
6. Mettre sur un plateau, garnir de coriandre et déguster !

Couvercle de mesure Masse et indication

Plage de mesure
pour la farine
60 g de farine

Plage de mesure
pour l'eau
30 g d'eau



Foire aux questions

Est-ce que je peux utiliser tous les genres de farines ? Nous recommandons d'utiliser de la farine complète puisque des nutriments complémentaires contenus dans cette farine contribuent à accélérer le processus. Vous pouvez aussi utiliser une farine blanche (tamisée), mais la préparation de votre démarreur peut durer plus longtemps.

Est-ce que je peux utiliser de l'eau du robinet ? Nous recommandons d'utiliser, si possible, de l'eau filtrée ou de l'eau en bouteille parce qu'elle ne contient pas de chlore. Le chlore peut conduire à un échec du démarreur.

Que veut dire « Nourrir » ? Nourrir le démarreur signifie tout simplement alimenter le démarreur existant en farine et en eau pour qu'il reste sain et actif.

Comment puis-je savoir si mon démarreur a « faim » ? Par le fait que le démarreur laisse des traces de montée et de descente sur les parois du bocal. Après avoir nourri le démarreur, marquez le niveau de remplissage du démarreur à l'aide d'un élastique de façon à pouvoir mieux suivre le processus de fermentation.

Est-ce que je peux utiliser le démarreur superflu pour d'autres produits alimentaires ? Vous pouvez l'employer pour un grand nombre d'aliments différents tels que des crêpes, du pain indien « Naan », du pain aux bananes, des gaufres, etc...

Que dois-je faire, si mon démarreur ne montre aucun signe de montée et de descente ? N'abandonnez pas, continuez à nourrir le démarreur chaque jour. Si au bout de 2 - 3 jours il ne donne toujours pas de signes d'activité, commencez alors à le nourrir deux fois par jour.

Est-ce que je peux laisser mon démarreur s'endormir ? Oui, vous pouvez le faire. Nourrissez-le, vissez le couvercle fermement, laissez-le reposer 2 - 3 heures à la température ambiante puis mettez-le au frigidaire. Un démarreur qui se trouve au frigidaire doit être nourri une fois par semaine. Deux jours avant l'utilisation prévue, sortez le démarreur du frigidaire, nourrissez-le et placez-le dans un endroit chaud. Dès qu'il montre des signes de levée, il est prêt à l'emploi.

Que se passe-t-il si le démarreur ne passe pas le test de flottaison ? Si le démarreur ne flotte pas, il a encore besoin de quelques jours. Continuez à le nourrir une ou deux fois par jour, jusqu'à ce que vous puissiez voir qu'il monte et descend régulièrement, puis refaites un test de flottaison. Si vous avez besoin d'une pause, vous pouvez conserver le démarreur au frigidaire jusqu'à 7 jours. Puis, essayez de nouveau. Selon la saison ou la température dans votre cuisine, le démarreur peut avoir besoin de jusqu'à 10 jours. Ne posez-pas directement le démarreur sur une source de chaleur.

ENTRETIEN ET NETTOYAGE

Prudence : Ne jamais verser de l'eau bouillante dans le bocal !

- Nettoyez toujours les composants avant la première utilisation. Laver à fond et rincer à l'eau claire chaude.
- Les bocaux et la spatule en silicone sont lavables en lave-vaisselle.
- Les parties métalliques peuvent être nettoyées à l'eau chaude savonneuse. Sécher soigneusement. Ne pas laisser sécher à l'air.
- Laver les élastiques à la main.

D: Pro-Idee GmbH & Co. KG · Auf der Hùls 205 · D 52053 Aachen · Tel.: 02 41-109 119
NL: Pro-Idee · Wijchenseweg 132 · NL 6538 SX Nijmegen · Tel.: 024-3 511 277
UK: Pro-Idee GmbH & Co. KG · Auf der Hùls 205 · D 52053 Aachen · Tel.: +49-241-109 1327
F: Pro-Idée · F 67962 Strasbourg - Cedex 9 · Tél.: 03 88 19 10 49
CH: Pro-Idee Catalog GmbH · Fürstenlandstrasse 35 · CH 9000 St. Gallen · Tel.: 0 71-2 74 66 19
A: Pro-Idee Catalog GmbH · Bundesstraße 112 · A 6923 Lauterach · Tel.: 05574-803 51
© Pro-Idee Aachen