



Levain Kayser

1er jour :

On mélange dans un petit saladier 50 g d'eau et 50 g de farine T150.

On couvre d'un film plastique et on laisse 24 h à température ambiante et à l'abri des courants d'air.

2ème jour :

On mélange 100 g d'eau avec 100 g de farine T65 et 20 g de sucre en poudre.

On ajoute le mélange à la préparation de la veille.

On "touille" bien, on couvre et on attend encore 24 h.

3ème jour :

On mélange 200 g d'eau avec 200 g de farine T65.

On rajoute au précédent mélange. Attention le récipient doit être suffisamment grand pour que le levain puisse ~~se prélasser, s'exprimer~~, enfin je voulais dire gonfler.

4ème jour :

Le levain est prêt à travailler. On prélève la quantité nécessaire au pain du jour et on place le reste dans un pot fermé hermétiquement au réfrigérateur.

Lorsqu'on veut le faire travailler à nouveau, on mélange en parties égales le l'eau et de la farine T 65 en calculant la quantité en fonction du poids de levain à utiliser.

On mélange cette "panade" au levain et on le laisse travailler à température ambiante pendant plusieurs heures (je le fais la veille et je le laisse tranquille pendant la nuit).

En faisant cette opération, on dit que vous avez nourri le levain.

Il va se remettre à faire des bulles et à gonfler et sera prêt à vous donner une jolie pâte.

Il ne reste plus qu'à prélever la quantité de levain nécessaire pour votre boulange.