**Levain liquide Kayser**

[](http://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2014/08/Levain-DSCN4287_34699.jpg) **Pour 500 g environ de levain**

**- 140 g (20g + 40g + 80g) de** [**farine de seigle**](https://recettes.de/farine-de-seigle) **(1)**  
**- 240 g (20g+40g+80g+100g) d'eau tiède**  
**- 10 g (5g+5g) de** [**miel**](https://recettes.de/miel) **liquide (2)**  
**- 100 g de farine T55 ou T65**

**Jour 1 :**

Mélanger dans un bol 20 g de farine de seigle avec 20 g d'eau et 5 g de miel.  
Couvrir d'un torchon et laisser lever au chaud pendant 24 heures.  
Mélanger si le levain "croûte".

**Jour 2 :**

On commence à voir quelques bulles à la surface.  
Mélanger dans un bol plus grand 40 g de farine de seigle, 40 g d'eau, 5 g de miel.  
Incorporer le mélange de la veille.  
Cette opération s'appelle "rafraichir le levain".  
Couvrir d'un torchon et laisser fermenter pendant 24 heures.

**Jour 3 :**

Des bulles... des bulles...  
Dans un petit saladier, mélanger 80 g de farine de seigle et 80 g d'eau.  
Incorporer la préparation de la veille.  
Couvrir d'un torchon et laisser fermenter 24 heures.

**Jour 4 :**

Ajouter dans le saladier 100 g de farine de blé et 100 g d'eau. Mélanger.  
Le levain dit de "tout point" est prêt à travailler.  
Il a la texture d'une pâte à crêpe épaisse.  
Le verser dans un pot en verre et poser le couvercle sans le fermer  
pour que le levain soit en contact avec l'air.

**Entretien et conservation du levain :**

À partir du jour 4, le levain peut être utilisé,   
il suffira de prélever la quantité nécessaire à la recette.   
Il reste actif pendant les 3 jours qui suivent "le rafraichi".  
Il faudra donc le rafraichir tous les 3 jours   
en lui ajoutant 50% de son poids en eau et en farine.

Par exemple, s'il reste 200 g de levain dans le pot,  
il faudra le rafraichir avec 100 g de pâte soit 50 g d'eau + 50 g de farine.  
Je vous conseille de noter le poids du pot vide,   
ainsi il vous sera facile de savoir quel est le poids du levain qu'il contient.

Si vous restez plusieurs jours sans utiliser le levain (ou s'il fait trop chaud)  
fermez le pot hermétiquement et placez-le au réfrigérateur  
où il pourra rester pendant plusieurs semaines.  
Si vous décidez de faire un pain, sortez le pot du réfrigérateur la veille,  
laisser le levain revenir à température ambiante, puis, faites un "rafraichi".  
Le lendemain, le levain peut se remettre au travail.