



Le no-knead bread (pain sans pétrissage) façon Jim Lahey



Le boulanger américain Jim Lahey, propriétaire du Sullivan Street Bakery à New York, a révélé la recette de son no-knead bread (pain sans pétrissage) à Mark Bittman qui fait paraître l'article dans le New-York Times le 8 novembre 2006. La recette a du succès et fait le tour de la blogosphère et des sites et des forums dédiés à la boulangerie maison.

La technique de **Jim Lahey** se caractérise par un taux d'hydratation élevé (pour cette recette : TH 71) de la pâte, une **longue fermentation** (18 heures + 2 heures de levée) avec peu de levure, une absence de pétrissage, une cuisson en cocotte fermée par son couvercle, **cocotte très chaude dès le départ de la cuisson du pain**. La fabrication demande de la patience et de l'organisation, mais en fait très peu de travail : quelques minutes seulement. La durée de fermentation importante compense l'absence de pétrissage.



Ingrédients :

Version numéro 1 :

- 525 g. de farine
- 375 ml. d'eau
- 1 c. à c. de sel
- 1/2 sachet de levure de boulanger déshydratée pour pains ou 1/4 c. à c. de levure fraîche délayée dans l'eau de la recette

Version numéro 2 :

Jim Lahey a revisité sa recette, il ajoute à présent 1/4 tsp (une tsp = 5 ml.) de vinaigre de vin rouge et utilise une eau chaude (115 degrés F, soit 46°C) pour sa préparation et il a diminué la quantité de levure (que 0,25 c. à c. de levure) mais a prolongé le temps de repos de la pâte (3 ou 4 jours). La lente fermentation apporte cette saveur exceptionnelle et donne de la force au gluten comme le ferait un pétrissage classique.

Equipement nécessaire :

- un grand saladier (car la pâte va doubler ou tripler de volume)
- une grande cuillère, une fourchette ou une cuillère en bois pour mélanger
- un torchon propre
- un peu de farine ou éventuellement ou de la semoule de maïs ou du son de blé