

Chambre de pousse & mijoteuse pliante



Recettes

Modèles FP-105 / FP-205

www.brodandtaylor.com

Pour votre sécurité, lisez ce manuel d'instructions avant d'utiliser le produit.

Trois modes d'opération



CHAMBRE DE POUSSE – HUMIDE

Il suffit d'appuyer sur un bouton pour atteindre un environnement idéal de levée à humidité contrôlée et à basse température constante. Parfait pour les pains au levain et ceux à la levure.

MIJOTEUSE

Placez n'importe quelle casserole ou chaudière hollandaise recouverte de métal directement sur la plaque chauffante métallique pour la transformer en une magnifique mijoteuse. Vous pouvez ainsi créer un éventail de plats tout-en-un dans votre mijoteuse.



CHAMBRE DE POUSSE – SEC

La chambre de pousse est idéale pour la préparation du yogourt et du beurre, l'affinage des fromages à pâte molle et la fermentation des aliments probiotiques sains tels que le kombucha, le kéfir et le tempeh. La fonte et le tempérage du chocolat sont un vrai jeu d'enfant.



RECETTES

• Pains à la levure et au levain

Instructions générales.....	5
Brioche sans pétrissage.....	6
Pâte à pizza rustique	8
Boule aux canneberges et aux noix de pécan.....	11
Pain de mie de campagne au blé complet.....	13
Pain de campagne au levain.....	15
Pain sans gluten, à l'avoine et aux groseilles	18
Roulés de cannelle faits maison	20
Bretzels moelleux à l'allemande	24
Babka au chocolat et aux noisettes	27
Pain sans pétrissage.....	31

• Yogourt, beurre, fromage, chocolat, kéfir, kombucha, tempeh

Instructions générales.....	34
Yogourt de style « crème anglaise » et à la grecque	35
Yogourt classique.....	38
Yogourt sans lactose.....	40
Yogourt sans lactose, au miel et à la vanille	43
Beurre de culture	44
Fromage frais fait maison	46
Tempérage du chocolat.....	48
Bases du kéfir d'eau : comment le faire à la maison ?	50
Comment brasser et embouteiller le kombucha ?	53
Comment préparer le tempeh ?	57

• Aliments préparés à cuisson lente et ail noir

Instructions générales.....	60
Rôti de palette au vin rouge, préparé à cuisson lente.....	61
Porc effiloché, préparé à cuisson lente.....	63
Ail noir : comment le faire à la maison ?	65
Poulet balsamique, préparé à cuisson lente	67
Porc al Pastor, préparé à cuisson lente	69

Trouvez les recettes pour tous ces délices et plus sur le site web :

brodandtaylor.com/recipes/

Pains à la levure et au levain

MODE DE LA CHAMBRE DE POUSSE – humide

UTILISEZ LA GRILLE ET LE RÉCIPIENT À EAU



Meilleur pour :
Pâte à pain
Levain
Préfermentation à la levure

- Placez les récipients **SUR LA GRILLE** au-dessus de la plaque chauffante.
- **UTILISEZ** le récipient à eau avec de l'eau pour l'humidité.

Plage de température

70-95 °F / 21-35 °C

- Utilisez les récipients ouverts : la pâte à pain et les préferments dans des bols ouverts, des moules à pain ou sur des plaques de four.
- La température de consigne est indiquée pour l'intérieur de la pâte ou des préferments et non pour la température de l'air à l'intérieur de la chambre de pousse.



NOTE : la chambre de pousse est calibrée pour conserver la température du contenu d'un pot ou d'un bol à la température indiquée sur le réglage, et non pour la température de l'air à l'intérieur. Les objets dans la chambre de pousse sont chauffés par l'air à l'intérieur ainsi que directement par la plaque chauffante (chauffage infrarouge par rayonnement). À des températures basses (70-95 °F / 21-35 °C), la chambre de pousse est calibrée avec des récipients ouverts et en utilisant le récipient à eau (mode humide). À des températures plus élevées, des récipients fermés sont utilisés sans le récipient à eau (mode sec). Ces étalonnages correspondent aux utilisations les plus courantes de la chambre de pousse. Si elle est utilisée à d'autres fins, de petits ajustements concernant la température de consigne peuvent être requis pour de meilleurs résultats.

Si la température ambiante de la pièce dans laquelle se trouve la chambre de pousse est assez basse (inférieure à 60 °F / 15 °C) ou très élevée (supérieure à 77 °F / 25 °C), il se peut que la température de consigne doive être ajustée de quelques degrés plus haut ou plus bas afin d'atteindre le résultat désiré.

Lignes directrices générales et conseils

Pour la pâte à pain, le récipient à eau doit toujours être rempli entre un tiers et la moitié avec de l'eau propre et placé au centre de la plaque chauffante de la chambre de pousse. La grille doit être posée au-dessus du récipient à eau. Une fois les côtés en place et le couvercle fermé, réglez le thermostat et attendez cinq à dix minutes que la chambre de pousse atteigne la bonne température. Nos spécifications de recettes de pain ont été écrites pour la chambre de pousse avec de l'eau dans le récipient et sans couvercle sur la pâte. Si vous couvrez le récipient contenant la pâte avec une pellicule plastique, ceci pourrait résulter en une température plus élevée de la pâte ainsi qu'un excès de levée.

Sélectionnez la température. Il existe différentes possibilités de température pour la pâte à pain. Si la recette ou le livre que vous utilisez spécifie une température, veuillez respecter cette température.

- **Le pain au levain** a généralement besoin d'une température de fermentation de 80-86 °F / 27-30 °C pour stimuler la levure sauvage.
- **La levure commerciale** est plus concentrée. La pâte faite avec ce genre de levure nécessite une température plus basse, entre 75-79 °F / 24-26 °C, ce qui favorise le développement de saveurs.
- **Les pâtes sucrées et les croissants** contiennent souvent du beurre et sont meilleurs lorsque la température est maintenue au-dessous du point de fusion du beurre. Nous recommandons 74 °F / 23 °C pour ce type de pâte.
- **La farine de seigle**, dont le pourcentage de gluten est plus faible et l'activité d'enzymes plus élevée, exige une température de la chambre de pousse plus élevée (80-86 °F / 27-30 °C) afin de raccourcir le temps de fermentation et ainsi d'empêcher les enzymes de dégrader la pâte trop rapidement.
- **La pâte froide** qui a été conservée au réfrigérateur a souvent besoin d'une heure supplémentaire (ou plus) par livre / 500 grammes de pâte, en plus du temps normal dont la pâte a besoin pour lever, afin d'atteindre la bonne température. Dans l'idéal, une pâte congelée devrait être décongelée au réfrigérateur avant la levée.
- **Vous êtes pressé?** Mélangez la pâte avec de l'eau tiède 90-100 °F / 32-38 °C et fermentez-la à une température maximale de 86 °F / 30 °C. Par contre, nous ne recommandons pas d'aller au-delà de cette température, car dans ce cas-là, la levure pourrait produire des saveurs désagréables.

Couvrir la pâte. La plupart des pâtes et des pains moulés n'ont pas besoin d'être couverts dans la chambre de pousse, vu que le récipient à eau fournit une humidité idéale et évite que la pâte forme une croûte. Cependant, si vous utilisez la chambre de pousse pour une fermentation plus longue à une température plus basse, comme par exemple pendant toute une nuit (douze heures) pour une biga ou un préferment, il est recommandé de couvrir le bol ou le récipient.

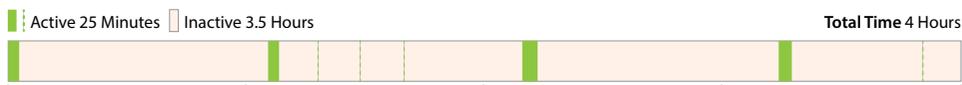
La température la plus commune pour faire lever du pain est 80 °F / 27 °C. C'est la température qui fonctionne pour quasiment tous les types de pain, des brioches au pain au levain et même pour le pain de seigle. Vous pouvez utiliser un réglage plus chaud de 86 °F / 30 °C, si vous êtes pressé. Mais pour beaucoup de recettes, la température de 80 °F / 27 °C représente un bon équilibre entre une fermentation plus lente qui permet un meilleur développement de saveurs et une fermentation plus rapide et plus pratique.

Brioche sans pétrissage

Cette brioche est magnifique, délicieuse et étonnamment simple à faire. Elle ne nécessite ni pétrissage ni un long mélange complexe.

Rendement : un pain.

Timing : commencez ce pain au moins quatre heures avant de le servir.



Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Lait	½ tasse + 1 c. à café	125	4,4
Levure instantanée	1½ c. à café	5	0,18
Œuf	1 gros	50	1,8
Beurre, non salé	3½ c. à soupe	50	1,8
Farine à pain	1½ tasse + 2 c. à soupe*	250	8,8
Sel, fin	¾ c. à café	4	0,14
Sucre	2 c. à soupe	25	0,9
Œuf supplémentaire pour le glaçage	1 c. à soupe	15	0,5

* Mesurer en trempant la tasse dans le récipient à farine et en ôtant ensuite l'excès avec le côté plat d'un couteau.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, moule à pain 20 cm x 10 cm (8" x 4").

Préparation. Réglez la chambre de pousse à 85 °F /30 °C et remplissez la moitié du récipient à eau avec de l'eau. Mettez la levure, le lait, le beurre et l'œuf dans un bol et mélangez brièvement. Placez ensuite le mélange dans la chambre de pousse pour un réchauffage d'une heure. Graissez le moule à pain avec de la matière grasse végétale ou avec du beurre.

Mélange des ingrédients. Dans un grand bol, mélangez bien la farine, le sucre et le sel. Ajoutez le mélange de lait et incorporez jusqu'à ce que la pâte soit homogène, sans farine sèche ou grumeaux de beurre.

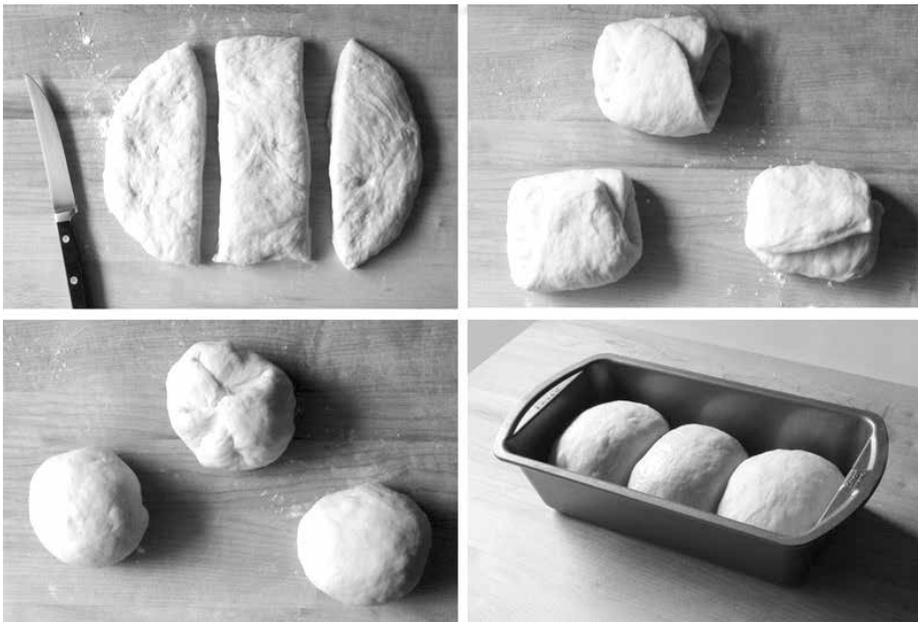
Levée et pliage de la pâte. Placez la pâte dans le bol et dans la chambre de pousse et laissez-la lever. Pendant les 30 premières minutes au cours desquelles la pâte est dans la chambre de pousse, faites trois séances de pliage. Pour plier, grattez une partie de la pâte à partir du côté du bol, soulevez-la et pliez-la vers le centre. Répétez ceci huit fois pour chaque séance de pliage, tout en tournant le bol afin de travailler la pâte uniformément.

Après trois séances de pliage, laissez la pâte lever tranquillement pendant encore 30 minutes jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume (pour obtenir un

volume d'environ quatre tasses / un litre). La durée totale de la première levée est de 60 minutes.

Façonnage de la pâte. Une fois que la pâte a doublé, retournez-la sur une surface de travail légèrement farinée et dégonflez-la en appuyant doucement vers le bas et en formant ainsi un rectangle. Avec un couteau bien aiguisé, coupez la pâte en trois morceaux (environ 5,8 onces / 165 g par morceau).

Façonnez chaque morceau en une boule. Pour faire cela, étirez doucement chaque côté du morceau et pliez-le vers le centre. Après quatre étirements et plis, la pâte devrait ressembler à un carré. Ensuite, étirez et pliez les coins de la pâte jusqu'à ce qu'une forme ronde soit créée. Tournez la boule de pâte afin que les plis soient en dessous et laissez reposer pendant que vous façonnez les deux autres morceaux de pâte. Déposez les trois boules l'une à côté de l'autre dans le moule à pain que vous avez préparé au début.



Levée du pain. Placez la brioche dans la chambre de pousse et laissez lever pendant environ une heure. Dans la plupart des moules, la brioche lèvera un peu plus haut que le rebord du moule. La brioche est prête à cuire au four quand un doigt doucement pressé dans la pâte fait un creux qui rebondit lentement.

Préchauffage du four. Pendant que la brioche lève, préchauffez le four à 350 °F / 175 °C et battez légèrement l'œuf pour le glaçage.

Cuisson de la brioche. Lorsque les brioches ont fini de lever, appliquez l'œuf battu sur le dessus de la pâte et faites cuire au four pendant environ 25 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Laissez-les dans le moule pendant dix minutes. Décollez les côtés de la brioche en passant un couteau de table le long du bord du moule, puis démoulez la brioche et laissez-la refroidir sur une grille.

Pâte à pizza rustique

Avec cette recette facile, on prépare notre pâte de pizza préférée. C'est un vrai plaisir de travailler cette pâte molle qui forme un bord bien relevé avec une croûte croustillante et une mie aérée.

Rendement : donne environ 15 oz / 425 g de pâte, assez pour deux 10-12" (25-30 cm) pizzas à pâte fine.

Timing : mélangez la pâte la veille de la cuisson au four. Puis divisez-la et laissez-la lever le lendemain, après le déjeuner. Sur la page suivante, vous trouverez un emploi du temps qui vous aidera à bien planifier votre repas de pizza.



Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces	Pourcentage du boulanger
Farine tout usage non blanchie*	2 tasses, en cuillerées	234	8,25	92,9 %
Farine de blé complet	2 c. à soupe	18	0,65	7,1 %
Eau, glacée	¾ tasse	179	6,30	71,0 %
Levure instantanée	½ c. à café	1,6	0,06	0,6 %
Sel, de préférence sel de mer	1 c. à café	5,6	0,20	2,2 %
Huile d'olive pour pétrir la pâte et graisser les récipients				
Semoule pour enrober le dessous de la pizza (facultatif)				

* De préférence une farine non blanchie tout usage avec 10-10,5 % de protéine et contenant de la farine d'orge maltée.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, pierre à pizza.

Mélange des ingrédients. Avant de mesurer l'eau, ajoutez de la glace et laissez-la refroidir. Entre-temps, mélangez les ingrédients secs dans un bol de taille moyenne. Fouettez ou mélangez jusqu'à homogénéité. Mesurez ou pesez l'eau glacée, ajoutez-la au mélange des ingrédients secs et mélangez avec une cuillère jusqu'à ce que toute la farine soit humidifiée, mais la pâte doit rester grumeleuse et grossièrement mélangée. Couvrez-la et mettez le bol dans le réfrigérateur pendant 20 minutes pour hydrater la farine et commencer à faire refroidir la pâte.

Étirement et pliage. Huilez légèrement avec de l'huile d'olive un bol propre, vos mains ainsi que la surface de pétrissage. Renversez la pâte hors de son bol et étirez-la en un rectangle. Pliez le rectangle en tiers comme une lettre, puis faites-la tourner et ensuite étirez et pliez la pâte de nouveau, jusqu'à ce que les quatre côtés de la pâte aient été pliés vers le centre. Répétez le tout

pour les quatre côtés une deuxième fois. La pâte devrait être nettement plus ferme et plus lisse.

Réfrigération. Placez la pâte dans un bol huilé et retournez-la afin qu'elle soit légèrement enrobée d'huile. Couvrez-la et laissez-la refroidir dans le réfrigérateur pendant au moins six heures, ou jusqu'à 30 heures.

Emploi du temps. Dans le tableau ci-dessous, choisissez la température de fermentation de la chambre de pousse et trouvez le temps correspondant pour sortir la pâte du réfrigérateur. Par exemple, si vous voulez faire cuire les pizzas à 18 heures et mettre la pâte dans la chambre de pousse à 75 °F / 24 °C, vous devez sortir la pâte du réfrigérateur 4,5 heures avant sa cuisson au four, c'est-à-dire à environ 13 heures 30.

Température de la chambre de pousse	Durée approximative dans la chambre de pousse	Quand sortir la pâte du réfrigérateur ?
70 °F / 21 °C	4 h 30 min	5 h 30 min avant la cuisson
75 °F / 24 °C	3 h 20 min	4 h 20 min avant la cuisson
80 °F / 27 °C	2 h 30 min	3 h 30 min avant la cuisson
84 °F / 29 °C	2 h 10 min	3 h 10 min avant la cuisson
Variante : pizza rapide 84 °F / 29 °C	1 h 10 min	aucune réfrigération

Préfaçonnage des pizzas. Préparez la chambre de pousse avec de l'eau dans le récipient à eau et mettez la grille en place. Réglez le thermostat à la température indiquée dans le tableau, celle qui correspond au temps où vous voulez sortir la pâte du réfrigérateur.

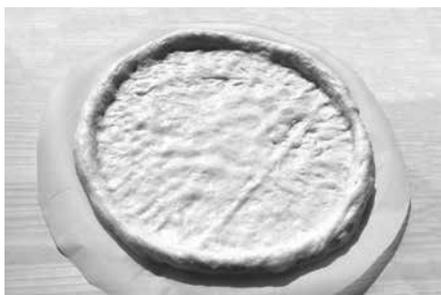
Sortez la pâte du réfrigérateur, mettez-la sur une surface légèrement huilée et coupez-la avec un couteau bien aiguisé en deux morceaux. Façonnez chaque morceau en une boule en tirant tous les bords vers le haut et ensuite en les collant ensemble. Placez les boules de pâte à l'envers, avec les plis en dessous, sur un moule de 9" x 13" (23 x 33 cm) ou mettez chaque boule dans un bol.

Préchauffage du four. Mettez la pierre à pizza sur le tiers inférieur du four une heure avant la cuisson au four et préchauffez-la à 500 °F / 260 °C. L'objectif est d'obtenir une croûte croustillante et dorée en même temps que les ingrédients de garniture cuits à point. Si les pizzas sont bien cuites sur le dessus, mais pas assez dorées en dessous, alors mettez la pierre sur la grille inférieure la prochaine fois. Et si elles sont trop dorées en dessous avant que la garniture soit cuite, placez la pierre sur la grille supérieure.

Levée de la pâte préfaçonnée. Posez le(s) récipient(s) avec les boules de pâte dans la chambre de pousse et laissez la pâte reposer et lever jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume. Un doigt doucement pressé dans la pâte devrait faire un creux qui reste. Si la pâte a été mélangée avec de l'eau glacée et bien refroidie, les temps et les températures indiqués dans le tableau ci-dessus devraient bien correspondre.

Façonnage de la pâte. Saupoudrez de la semoule ou de la farine sur un rond de papier parchemin de 12" (30 cm) tout en laissant la partie extérieure du cercle vide. Cuire sur du papier parchemin vous permettra de garder le four propre, sans semoule brûlée et garniture coulée.

Gardez la pâte couverte pendant que vous ne la travaillez pas. Placez la boule de pâte sur la semoule avec les plis en dessous et tapotez-la avec le bout des doigts huilés pour former un disque. Étirez la pâte délicatement pour créer la bonne forme, en laissant le rebord plus épais. Assurez-vous de vraiment étirer la pâte et non d'appuyer dessus. Vous pouvez faire cela soit en étirant le dessus de la pâte avec des doigts huilés, soit en glissant le dessous de la pâte sur le dos de vos mains farinées et en étirant doucement d'un côté à l'autre. Lorsque vous avez terminé, couvrez la pizza pendant que vous façonnez l'autre boule.



Garniture et cuisson des pizzas au four. Si vous le souhaitez, couvrez les pâtes et laissez-les lever pendant 30 minutes afin de créer une pâte la plus aérée possible sur le rebord des pizzas (ceci est facultatif, mais ce temps est considéré dans l'emploi du temps). Ajoutez les garnitures et faites cuire au four sur la pierre à pizza pendant huit à dix minutes ; utilisez une pelle à pain ou l'endos d'une plaque de four pour transférer les pizzas au four. Après la moitié du temps (environ cinq minutes), faites pivoter les pizzas pour qu'elles soient dorées uniformément des deux côtés et enlevez le papier parchemin en le faisant glisser pour que la cuisson des pizzas se termine directement sur la pierre à pizza.

Variante – pâte pour pizza rapide. Cette méthode crée une pâte plus chaude qui sera prête à faire cuire en seulement deux heures. La saveur sera toujours bonne, mais pas aussi riche et pleinement développée que la version où l'on mélange la pâte à l'avance.

Utilisez les mêmes ingrédients et la même procédure que ci-dessus, mais avec de l'eau tiède (à une température d'environ 100 °F ou 38 °C). Mélangez et laissez reposer à température ambiante pendant seulement dix minutes ; oubliez le temps de réfrigération. Aussitôt après avoir étiré et plié la pâte, divisez-la en deux, formez les boules et transférez-les sur le moule ou dans les bols. Laissez lever les pâtes préfaçonnées à 84 °F / 29 °C pendant environ une heure et dix minutes, puis façonnez et faites cuire au four. Si vous enlevez la levée facultative de 30 minutes après que la pâte soit étirée à sa forme finale, les pizzas peuvent être prêtes à faire cuire au four environ deux heures après avoir mélangé la pâte.

Boule aux canneberges et aux noix de pécan

Cette boule délicieuse est parsemée de noix de pécan grillées et de canneberges acidulées. De plus, elle a de la valeur nutritionnelle et un goût irrésistible, car elle est faite de blé complet.

Rendement : une boule.

Timing : levain – quatre heures. Le mélange, le pétrissage, le façonnage et la fermentation de la pâte – entre 90 minutes et deux heures. Cuisson au four – 30 minutes. Environ 7,5 heures au total.



Levain

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Farine à pain non blanchie	¾ tasse	118,0	4,4
Levure instantanée	¼ c. à café	0,8	0,025
Eau, à 70-78 °F / 21-25 °C	½ tasse	118,0	4,4

Pâte principale

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Levain (ingrédients ci-haut)			
Eau à température ambiante (à 75-84 °F / 24-29 °C)	1 tasse	236,0	8,0
Levure instantanée	1 c. à café	3,2	0,1
Farine à pain non blanchie	2¼ tasses	284,0	11,0
Farine de blé moulue sur pierre	½ tasse	50,0	3,5
Sel	2 c. à café	11,4	0,4
Canneberges séchées	½ tasse	72,0	2,5
Noix de pécan, grillées et hachées grossièrement	½ tasse	57,0	2,0

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, passoire ou corbeille à pain, pierre à pizza.

Mélange et fermentation du levain. Réglez la chambre de pousse à 73 °F / 23 °C et mettez le récipient à eau au milieu de la plaque chauffante avec ¼ de tasse (60 ml) d'eau dedans. Placez la grille par-dessus le récipient. Dans un grand bol, mélangez tous les ingrédients pour le levain. Le mélange ressemblera à une pâte épaisse. Mettez le bol dans la chambre de pousse pendant quatre heures, jusqu'au moment où la pâte ressemblera à une éponge molle et aura de petites bulles, avec une douce odeur.

Mélange et pétrissage de la pâte. Augmentez la température de la chambre de pousse à 80 °F / 27 °C et assurez-vous qu'il y a encore de l'eau dans le récipient. Ajoutez de l'eau au levain et mélangez-le pour le ramollir. Ajoutez ensuite la levure, les deux types de farine et du sel, puis mélangez jusqu'à ce que la pâte devienne grumelleuse. Saupoudrez légèrement la surface de pétrissage avec de la farine et retournez le bol pour sortir la pâte. Pétrissez à la main jusqu'à ce que la pâte devienne lisse et élastique, environ dix minutes ou sept à huit minutes en utilisant un batteur sur socle avec le crochet pétrisseur. Ajoutez les canneberges et les noix de pécan et mélangez-les dans la pâte jusqu'à ce qu'elles soient réparties uniformément.

Fermentation de la pâte. Mettez la pâte dans un bol légèrement huilé et placez-le de nouveau dans la chambre de pousse à 80 °F / 27 °C. Laissez la pâte fermenter pendant 60 à 90 minutes ou bien jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume. La pâte est un peu lourde à cause des canneberges et des noix de pécan, donc elle mettra un peu plus de temps pour fermenter complètement.

Préchauffage du four. Une heure avant de mettre la boule au four, placez la pierre à pizza sur la grille du milieu et une poêle en fonte au fond du four. Préchauffez le four à 500 °F / 260 °C.

Façonnage et levée de la boule. Retournez la pâte sur une surface légèrement farinée et façonnez-la en une boule serrée. Placez la boule avec des plis vers le haut dans un panier de fermentation bien fariné ou dans un bol / une passoire avec au fond un tissu en lin généreusement enfariné. Saupoudrez légèrement la surface exposée de la miche avec de la farine et placez de nouveau le récipient dans la chambre de pousse. Laissez la pâte lever pendant une heure ou jusqu'à ce qu'elle ait presque doublé de volume. Un doigt fariné doucement pressé dans la pâte devrait faire un creux qui rebondit lentement.

Traçage au couteau et cuisson de la boule. Retournez la pâte sur une pelle à pain ou une plaque de cuisson renversée et recouverte de papier parchemin. Utilisez un couteau très bien aiguisé ou une lame de boulanger, entaillez le dessus de la miche et posez-la rapidement sur la pierre à pizza chaude. Tout en faisant attention de garder votre visage loin du four et en utilisant les gants de cuisine pour protéger vos mains, ajoutez ½ tasse (120 ml) d'eau à la poêle en fonte, puis fermez vite la porte du four. Faites cuire pendant cinq minutes, ensuite baissez la température à 450 °F / 232 °C et continuez à faire cuire pendant 25 à 30 minutes ou jusqu'à ce que la miche devienne brune foncée et semble creuse quand on tapote sur le fond. La température interne devrait être d'environ 205 °F / 96 °C. Laissez la miche refroidir avant de la trancher.

Formule de pain globale

Ingrédients	Grammes	Onces	Pourcentage du boulanger
Farine à pain non blanchie	402	14,2	79,8 %
Farine de blé moulue sur pierre	102	3,6	20,2 %
Eau	354	12,5	70,2 %
Levure instantanée	4,0	0,14	0,8 %
Sel	11,4	0,40	2,3 %

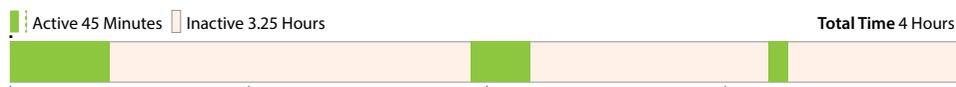
Recette offerte par Melissa Langenback, thebakersguide.com

Pain de mie de campagne au blé complet

Ce pain de mie moelleux est composé de 22 % de farine de blé complet et accompagné d'une touche de beurre et de lait pour une saveur délicieuse.

Rendement : un pain.

Timing : environ quatre heures.



Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces	Pourcentage du boulanger
Farine à pain non blanchie	3½ tasses	446	15,75	81,7 %
Farine de blé complet	¾ tasse	100	3,5	18,3 %
Sucre	2 c. à soupe	25	0,88	4,6 %
Beurre non salé, mou	2 c. à soupe	28	1,0	4,6 %
Sel	1½ c. à café	8,4	0,29	1,5 %
Levure instantanée	1½ c. à café	4,8	0,17	0,9 %
Eau, à 75-80 °F / 24-27 °C	1¼ tasse	295	10,4	54,0 %
Lait entier	¼ tasse	61	2,1	11,2 %

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, moule à pain de 9" x 5" (23 x 13 cm).

Préparation. Réglez la chambre de pousse à 84 °F / 29 °C et mettez le récipient à eau au milieu de la plaque chauffante avec ¼ de tasse (60 ml) d'eau dedans.

Mélange et pétrissage de la pâte. Mettez tous les ingrédients dans un grand bol et mélangez jusqu'à ce que vous ayez une pâte grumeleuse. Retournez la pâte sur une surface légèrement farinée et pétrissez à la main pendant sept à dix minutes ou cinq à six minutes en utilisant un batteur sur socle avec le crochet pétrisseur, jusqu'à ce que la pâte devienne lisse et élastique. Ajoutez aussi peu de farine que possible pendant le pétrissage pour que le pain ne devienne pas sec ou dur.

Fermentation de la pâte. Façonnez la pâte en une boule et transférez-la dans un bol légèrement huilé. Placez le bol dans la chambre de pousse à 84 °F / 29 °C pendant 1 à 1 h 30, ou jusqu'à ce que la pâte ait presque doublé de volume

Façonnage et levée de la miche. Préparez un moule à pain huilé et mettez-le de côté. Façonnez la miche en retournant la pâte sur une surface légèrement farinée et étirez-la en poussant doucement dessus pour former

un rectangle. Roulez la pâte en un rouleau bien serré à partir du côté court. Placez le pain avec des plis en-dessous dans le moule préparé. Mettez le moule dans la chambre de pousse (encore réglée à 84 °F / 29 °C) et laissez la pâte lever jusqu'à ce que le dessus crée un dôme qui dépasse le rebord du moule d'à peu près 1" (2,5 cm). Ceci devrait prendre environ 45 à 60 minutes.

Préchauffage du four et cuisson du pain au four. Préchauffez le four à 350 °F / 177 °C environ 45 minutes avant de mettre le pain dedans. Faites cuire la miche au four pendant 35 à 45 minutes jusqu'à ce qu'elle soit d'une couleur brun doré foncé. Elle devrait sembler creuse quand on tapote sur le fond ou avoir une température interne de 200 °F / 93 °C. Laissez le pain refroidir avant de le trancher.

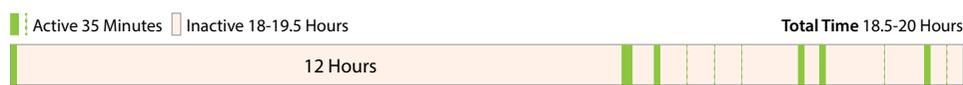
Recette offerte par Melissa Langenback, thebakersguide.com

Pain de campagne au levain

Ce pain merveilleux a une saveur riche et un goût doux et délicieux, légèrement aigrelet, grâce à un peu de seigle noir dans le levain panaire. Il contient assez de blé complet et de seigle afin de développer une saveur intense et terreuse, mais conserve néanmoins une mie moelleuse et aérée qui donne une texture idéale. Étant copieux et pratique, il est excellent avec du beurre et se marie bien avec tout – du fromage aux plats principaux.

Rendement : un pain.

Timing : mélangez le levain panaire la veille de la cuisson au four et prévoyez de mélanger la pâte principale environ douze heures après le levain panaire.



Levain panaire [ferment]

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Levain panaire*	1 c. à soupe + 1 c. à café	18	0,6
Farine non blanchie, environ 12 % de protéine	5½ c. à soupe	50	1,8
Farine de seigle à grains entiers**	2 c. à soupe	20	0,7
Eau	2 c. à soupe + 1 c. à café	38	1,3

* Idéalement un ferment blanc mature et actif avec 100 % d'hydratation.

** Si la farine de seigle noir est indisponible, elle peut être substituée par de la farine de seigle moyenne, de blé complet ou par de la farine non blanchie.

Pâte principale

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Farine non blanchie, environ 12 % de protéine	2¾ tasses	341	12,0
Farine de blé complet	¾ tasse	55	1,9
Eau	1 tasse + 3 c. à soupe	281	9,9
Sel	1½ c. à café	8,6	0,3

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, pierre à pizza et casseroles pour votre méthode de cuisson à la vapeur préférée. Un thermomètre peut être utile pour mesurer la température de l'eau et de la pâte ainsi que la température interne du pain cuit.

Mélange du levain panaire. Préparez la chambre de pousse avec de l'eau dans le récipient à eau et réglez le thermostat à 72 °F / 22 °C. Dans un bol,

mélangez tous les ingrédients du levain panaire et incorporez jusqu'à ce que ça devienne lisse. Transférez dans un pot propre ou dans un récipient et couvrez-le. Fermentez dans la chambre de pousse à 72 °F / 22 °C pendant douze heures, jusqu'à ce que ça fasse environ deux fois et demie en volume.

Mélange et autolyse de la pâte principale. Assurez-vous qu'il y a encore de l'eau dans le récipient à eau dans la chambre de pousse et réglez le thermostat à 79 °F / 26 °C. Réchauffez l'eau à environ 84-90 °F / 29-32 °C (utilisez de l'eau plus froide si la température de la pièce est plutôt élevée). Mesurez ou pesez les deux types de farine dans un bol, ajoutez de l'eau et mélangez jusqu'à ce que toute la farine soit humidifiée. Faites un puits dans la pâte et ajoutez le levain panaire. Sans mélanger le levain panaire dans la pâte, tirez les côtés de la pâte vers le haut et au-dessus du levain pour le recouvrir. Laissez reposer pendant environ 30 minutes dans la chambre de pousse.

Ajout du sel. Saupoudrez le sel sur la pâte principale et mélangez jusqu'à ce que le sel et le ferment soient complètement intégrés. Transférez dans un récipient légèrement huilé avec un volume d'au moins un litre.

Fermentation de la pâte à 79 °F / 26 °C. Mettez la pâte dans la chambre de pousse et fermentez-la pendant environ 2,53,5 heures. Pendant les premières 90 minutes, pliez la pâte à trois reprises. Chaque fois, étirez-la d'abord des quatre côtés et repliez-la vers le centre, ensuite étirez et pliez les coins aussi vers le centre de la pâte. Après avoir plié la pâte de ces deux manières trois fois, laissez-la reposer tranquillement jusqu'à ce qu'elle atteigne un volume d'un litre.

Pré façonnage de la pâte. Étirez doucement et pliez les quatre côtés de la pâte pour créer une forme régulière (carrée ou rectangulaire), puis couvrez et laissez reposer pendant 15 minutes. Entre-temps, préparez une plaque de four ou un panier à fermentation avec au fond une toile de boulanger ou un torchon de cuisine bien enfariné.

Façonnage en ovale. Placez la pâte sur une surface légèrement farinée avec les plis au-dessus, ensuite pliez la pâte en forme de carré en deux avec le pli sur le bord plus long, situé le plus proche de vous. Scellez le pli en appuyant vers le bas. Retournez la miche avec le pli centré et au-dessus et mettez-la sur une plaque de four, préalablement recouverte d'une toile en lin.

Levée de la miche. Posez la miche dans la chambre de pousse, encore réglée à 79 °F / 26 °C, pendant 22,5 heures, jusqu'à ce que la pâte soit visiblement plus large, mais qu'un doigt doucement pressé dedans fasse encore un creux qui rebondit lentement.

Préparation de la cuisson au four. Une heure avant de faire cuire le pain, placez la pierre à pizza au milieu du four et préchauffez-le à 450 °F / 232 °C. Préparez le four pour l'étuvage en utilisant votre méthode habituelle (telle que mettre de la glace sur une poêle en fonte ou sur une plaque de four préchauffée) ou placez une casserole profonde et rectangulaire allant au four à côté pour couvrir la miche et créer une chambre de vapeur.

Entaille et cuisson à la vapeur à 450 °F / 232 °C. Retournez la miche délicatement sur un papier parchemin ou sur une pelle à pain farinée.

Enlevez l'excès de farine du dessus et des côtés de la miche. Avec une lame de boulanger ou un couteau dentelé, entaillez deux longues lignes, légèrement obliques.

Glissez le pain sur la pierre à pizza chaude et étuvez le four ou couvrez la miche. Faites cuire au four pendant environ 40 minutes, jusqu'à ce que la croûte soit d'une couleur brun doré foncé et que la température interne atteigne au moins 200 °F / 93 °C. Après 20 minutes, tournez la miche pour un brunissement uniforme et enlevez le couvercle ou la casserole de vapeur. Laissez le pain tiédir avant de le trancher.

Formule globale

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Pourcentage du boulanger
Farine non blanchie, environ 12 % de protéine	400	14,1	84,3 %
Farine de blé complet	55	1,9	11,6 %
Farine de seigle complet	20	0,7	4,1 %
Eau	328	11,6	69,1 %
Sel	8,6	0,3	1,8 %

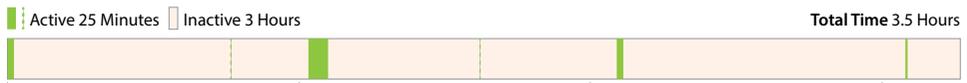
Pain sans gluten, à l'avoine et aux groseilles

Cette recette est conçue pour utiliser des ingrédients simples et des aliments complets ayant un bon goût et fournissant des nutriments formidables. L'avoine complète, le lait, les œufs et les groseilles séchées se mélangent bien et vite dans le robot culinaire.

Le pain à l'avoine et aux groseilles est absolument délicieux si vous le faites griller et vous le tartinez de beurre ou de fromage à la crème. De plus, vous pouvez en faire des sandwichs au beurre d'arachide. Pour une saveur plus versatile qui va bien avec tout – des sandwichs au jambon ou au fromage grillé –, vous n'avez qu'à omettre la cannelle.

Rendement : un pain.

Timing : commencez cette recette environ quatre heures avant de servir le pain. Le temps de préparation active est 20 à 30 minutes.



Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Groseilles ou petits raisins, séchés	1 tasse	125	4,4
Lait, chauffé	1 $\frac{5}{8}$ tasse	392	13,8
Graines de chia, finement moulues*	2 c. à soupe	21	0,7
Flocons d'avoine sans gluten, à l'ancienne**	3 $\frac{1}{2}$ tasses	304	10,72
Levure instantanée	2 c. à café	6,4	0,23
Sel	1 c. à café	6,0	0,21
Cannelle, facultatif	$\frac{1}{2}$ c. à café	1,3	0,05
Œufs	2	100	3,5
Beurre	2 c. à soupe	28	1,0

* Les graines de chia peuvent être substituées par une c. à soupe (15 g) de gomme de xanthane.

** Flocons d'avoine sans gluten, certifiés biologiques.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, robot culinaire et moule à pain de 8,5" x 4,5" (21,5 x 11,5 cm). Si vous utilisez les graines de chia, vous aurez besoin d'un moulin à épices ou à café pour les moudre. Un thermomètre à lecture instantanée peut être utile pour mesurer la température du mélange de lait et la température interne du pain cuit.

Trempage des fruits. Utilisez la cuisinière ou le four à micro-ondes pour faire chauffer le lait et versez-le par-dessus les fruits secs. Couvrez et laissez refroidir à environ 95 °F / 35 °C (ceci prendra au moins une heure). Entretemps, graissez le moule à pain et chemisez-le avec la farine sans gluten (telle que la farine sans gluten tout usage ou la farine de riz). Préparez la chambre de pousse avec de

l'eau dans le récipient à eau, mettez la grille en place et réglez la température à 84 °F / 29 °C. Mesurez les graines de chia et moulez-les en une fine poudre.

Moulage de l'avoine en farine. Ajoutez l'avoine sans gluten dans le robot culinaire avec le reste des ingrédients secs (graines de chia ou gomme de xanthane, sel, levure et cannelle) et faites battre pendant deux minutes, jusqu'à ce que l'avoine forme une poudre fine.

Préparation de la pâte principale. Ajoutez le reste des ingrédients (le mélange de lait et groseilles, œufs et beurre) au robot culinaire et faites battre jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé. Mélangez pendant deux minutes.

Levée de la miche. Déplacez la pâte humide et moelleuse dans le moule à pain préalablement préparé et lissez le dessus. Si désiré, saupoudrez la croûte de flocons d'avoine sans gluten supplémentaires et appuyez doucement pour les coller. Mettez dans la chambre de pousse et laissez lever pendant une heure à 84 °F / 29 °C. Ensuite, le centre de la miche devrait être un peu plus haut que le rebord du moule. Environ 30 minutes avant la cuisson au four, préchauffez le four à 350 °F / 180 °C et mettez la grille sur le tiers inférieur du four.

Cuisson au four. Transférez la miche de la chambre de pousse au four préchauffé et faites cuire pendant 50 à 60 minutes, jusqu'à ce qu'elle soit d'une couleur bien dorée et que le centre atteigne une température interne d'environ 205 °F / 96 °C (si vous faites la version avec la gomme de xanthane, faites cuire pendant cinq minutes de plus, jusqu'à une température interne de 210 °F / 99 °C.). Laissez le pain refroidir au moins dix minutes avant de le retirer du moule, puis laissez-le aussi refroidir avant de le trancher.

Roulés de cannelle faits maison

Ces roulés de cannelle exceptionnels sont faits à partir des meilleurs ingrédients naturels et ont une pâte moelleuse et sucrée aromatisée au lait et au miel.

Rendement : douze roulés. Préparez douze roulés dans deux moules à gâteau ronds de 9" (23 cm) si vous avez la trousse d'accessoires Shelf Kit, sinon dans un moule rectangulaire de 9" x 13" (23 x 33 cm).

Timing : vous pouvez faire la plupart du travail pour ces roulés la veille avant de la cuisson au four. Le premier jour, vous pouvez préparer la pâte, la refroidir, rouler et couper. Ensuite vous réfrigérez les roulés pendant la nuit. Le lendemain matin, sortez-les du réfrigérateur environ 2¼ heures avant de les servir afin de les faire lever et puis les cuire au four. Un timing alternatif est indiqué à la fin de la recette.



Pâte sucrée au lait et au miel

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Farine non blanchie, environ 12 % de protéine, séparée	2 tasses, en cuillères	250	8,8
Lait	¾ tasse	182	6,4
Levure instantanée	1½ c. à café	4,8	0,17
Sel	¾ c. à café	4,5	0,16
Miel	3 c. à soupe	60	2,1
Jaune d'œuf	1 jaune	15	0,5
Eau	1 c. à soupe	15	0,5
Beurre, très mou	4 c. à soupe	57	2,0

* Utilisez une farine forte non blanchie tout usage ou de la farine à pain.

Garniture à la cannelle et aux noix de pécan

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Beurre, fondu et refroidi	4 c. à soupe	57	2,0
Cassonade blonde	2 c. à soupe	27	1,0
Cannelle	2 c. à café	5,2	0,18
Extrait de vanille	½ c. à café	2,5 ml	0,08
Blanc d'œuf, froid	1 blanc	32	1,1
Noix de pécan, hachées	¾ tasse	85	3,0

Glaçage cannelle et moka

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Barre de chocolat blanc de haute qualité*	une barre de 3 onces	85	3,0
Beurre	2 c. à soupe	28	1,0
Cannelle	¼ c. à café	0,65	0,023
Café ou expresso (infusé)	1 c. à soupe	15	0,5
Sucre en poudre	2 c. à soupe	14	0,7

* Les barres de chocolat blanc Lindt ou Green & Black's sont délicieuses dans cette recette. Les pépites de chocolat blanc sont faites pour ne pas fondre et ne fonctionneront pas dans cette recette.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor. Si vous utilisez deux moules ronds ou carrés, vous aurez besoin de la trousse d'accessoires Shelf Kit de Brød & Taylor. Un batteur sur socle peut être utile en raison d'un pétrissage long et la texture collante de la pâte.

Préparation du roux. Mesurez la farine et mettez-la dans un bol ou dans le batteur sur socle. Dans une petite casserole, versez du lait et fouettez 1,6 once (45 g) de farine extraite du bol ou du batteur sur socle. Chauffez, à feu moyen, en fouettant continuellement jusqu'à ce que la masse soit épaisse et pleine de bulles de façon uniforme, environ 20 à 30 secondes après que le mélange a commencé à bouillir. Couvrez et laissez refroidir jusqu'à ce que ce soit froid au toucher.

Préparation de chambre de pousse et contrôle du beurre. Le beurre s'intégrera plus facilement à la pâte s'il est mou et fondant sur les côtés. Vous pouvez le rendre plus doux dans la chambre de pousse à 84 °F / 29 °C. Pour préparer la chambre de pousse à la levée de la pâte, huilez légèrement un récipient et mettez une marque au niveau d'une pinte (litre) (deux pintes ou litres, si vous doublez la recette).

Mélange de la pâte. Dans le bol ou le batteur sur socle, ajoutez à la farine la levure instantanée et le sel et mélangez bien. Ajoutez l'eau, le roux refroidi, le miel et le jaune d'œuf. Mélangez à basse vitesse jusqu'à ce que la farine soit humidifiée. Une fois que la pâte devient lisse et homogène, elle devrait coller aux parois du bol. Si nécessaire, ajoutez une autre cuillère à soupe (15 ml) d'eau pour obtenir la bonne consistance.

Pétrissage intensif pour une texture aérienne. Augmentez la vitesse du batteur sur socle au niveau moyen-bas et pétrissez pendant cinq minutes. La pâte devrait encore coller aux parois du bol. Ajoutez doucement le beurre en quatre étapes, tout en continuant de pétrir jusqu'à ce que le beurre soit bien intégré à chaque étape avant de procéder à la suivante. Décollez la pâte des parois du bol si nécessaire. Une fois le beurre complètement intégré, pétrissez pendant encore dix minutes à moyenne-basse vitesse. La pâte devrait se détacher des parois du bol, mais elle peut encore coller au fond.

Fermentation de la pâte. Vérifiez si la chambre de pousse est réglée à la température de 84 °F / 29 °C et si le récipient à eau contient de l'eau. Disposez

la pâte dans le récipient huilé, placez-la dans la chambre de pousse et laissez fermenter jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume, soit environ 75 à 80 minutes.

Pliage et refroidissement. Retournez la pâte sur une surface légèrement huilée, puis étirez et pliez les quatre côtés vers le centre pour créer un carré. Enveloppez lâchement le carré et laissez refroidir (une pâte reposée et froide sera moins collante et se laissera dérouler plus facilement, sans ajouter de la farine). Après 30 minutes, dégonflez la pâte et enveloppez-la de nouveau. Laissez refroidir pendant encore 30 minutes ou jusqu'à ce que vous soyez prêts à la dérouler, maximum 24 heures.

Préparation de la garniture. Beurrez le fond et les parois des moules. Ensuite hachez finement les noix de pécan. Fouettez le beurre fondu, la cassonade, la cannelle et l'extrait de vanille jusqu'à ce que ce soit bien mélangé. Fouettez vite le blanc d'œuf froid dans ce mélange pour l'épaissir et l'émulsifier.

Roulage et remplissage de la pâte. Farinez légèrement le dessus et le dessous de la pâte, ensuite déroulez-la en un rectangle de 12" x 14" (30 x 36 cm). Étalez la garniture sur la pâte, allant jusqu'aux bords sur les côtés courts et laissant une petite bordure vide sur les deux côtés longs. Saupoudrez les noix de pécan par-dessus la garniture. Roulez la pâte en un rouleau à partir du côté long et appuyez doucement pour sceller le pli. Utilisez de la soie dentaire simple pour couper le rouleau en douze morceaux. Si vous utilisez un couteau pour couper les morceaux, ceci pourrait être plus facile si le rouleau est préalablement refroidi. Placez les roulés dans le moule avec les roulés plus petits au milieu. Couvrez et laissez refroidir pendant la nuit.

Levée des roulés de cannelle. Préparez la chambre de pousse avec de l'eau dans le récipient à eau et réglez la température à 90 °F / 32 °C. Utilisez la grille avec les pattes pliantes sur le niveau inférieur. Placez le premier moule avec des roulés sur le tiers inférieur du four, un peu sur le côté. Ensuite ajoutez les supports d'étagère et placez le deuxième moule sur le tiers supérieur du four, cette fois-ci du côté opposé. Fermez le couvercle et laissez les roulés lever jusqu'à ce que la pâte rebondisse lentement lorsqu'on y presse doucement un doigt sur le côté pour faire un creux, après environ 90 minutes. À mi-levée, tournez les moules de 180 degrés.

Préchauffage du four. Placez les grilles sur le tiers supérieur et le tiers inférieur du four et préchauffez-le à 375 °F / 190 °C.

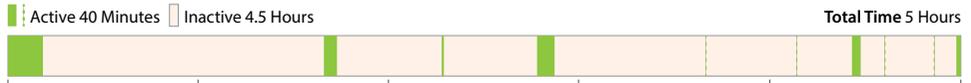
Préparation du glaçage. Cassez ou hachez le chocolat blanc en morceaux et mettez-le dans un petit bol avec le café, la cannelle et le beurre. Lorsque les roulés de cannelle ont complètement fini de lever, retirez-les de la chambre de pousse, puis réglez le thermostat à 120 °F / 49 °C. Enlevez la grille supérieure et repliez les pattes de la grille inférieure pour qu'elle reste près de l'élément chauffant. Posez le mélange de glaçage dans le centre de la grille et fermez le couvercle. (Puisque vous faites fondre le chocolat blanc avec du café et du beurre, vous pouvez laisser le récipient à eau dans la chambre de pousse – un peu de vapeur ne fera pas de mal.)

Cuisson des roulés de cannelle au four. Couvrez chaque moule de roulés avec du papier d'aluminium (pour sceller dans l'humidité et favoriser la meilleure cuisson au four possible) et placez-le sur la grille inférieure dans le four. Faites

cuire pendant dix minutes, puis enlevez le papier d'aluminium, tournez les moules de 180 degrés et déplacez-les sur la grille supérieure pour favoriser le brunissement. Faites cuire pendant encore 15 à 20 minutes, jusqu'à ce que les roulés soient bien dorés et atteignent une température interne de 190 °F / 88 °C.

Refroidissement et garniture des roulés. Lorsque les roulés de cannelle sont cuits, sortez-les du four et laissez-les refroidir dans le moule pendant dix minutes. Entre-temps, fouettez les ingrédients fondus du glaçage jusqu'à ce qu'ils émulsionnent et deviennent épais et lisses. Ajoutez le sucre en poudre et fouettez de nouveau jusqu'à ce que le mélange devienne lisse. Ensuite démoulez les roulés chauds sur une assiette de service et badigeonnez-les avec le glaçage.

Timing alternatif : vous pouvez faire les roulés en une seule journée. Après la première levée / fermentation de masse, laissez la pâte refroidir pendant au moins une heure. Ensuite roulez, remplissez et coupez les roulés. Ignorez le temps de réfrigération de la nuit et raccourcissez la levée finale à entre 70 et 75 minutes (la pâte sera chaude et elle prendra moins de temps pour lever que la pâte réfrigérée). Dans ce cas, commencez les roulés environ 5½ à 6 heures avant de les servir.

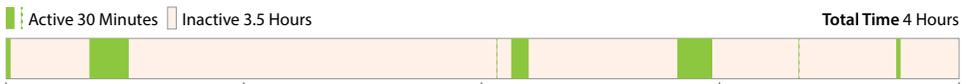


Bretzels moelleux à l'allemande

Ces bretzels moelleux d'une couleur brun foncé sont délicieux et ont une saveur authentique de bretzel. Mais ce qui fait d'un bretzel un vrai bretzel, c'est sa croûte brune foncée d'une saveur bien unique. La croûte est le résultat d'un trempage dans une solution fortement alcaline, ce qui crée l'arôme et la couleur caractéristiques.

Rendement : huit bretzels de 4½ à 5" (11,5 à 13 cm).

Timing : commencez ces bretzels environ quatre heures avant de les servir.



Pâte à bretzel

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces	Pourcentage du boulanger
Farine à pain*	2¾ tasses	429	15,1	100 %
Levure instantanée	1 c. à café	3,2	0,1	0,7 %
Sel fin	1 c. à café	6	0,2	1,4 %
Eau, à 80 °F / 26 °C	1 tasse	237	8,3	55 %
Beurre	3 c. à soupe	43	1,5	9,9 %
Sirup de malt ou mélasse	2 c. à café	14	0,5	3,2 %

Touche finale

Ingrédients	Quantité
Bicarbonate de soude	1½ tasse (375 g) ou 3 c. à soupe selon l'alternative
Œuf (facultatif, pour la dorure)	1
Gros sel ou sel de bretzel	½ c. à café (3 g) ou au goût

* Vous pouvez utiliser la farine non blanchie tout usage. Si vous réduisez l'eau de 1-2 cuillères à soupe (15-30 g), vous allez maintenir la consistance de la pâte.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, de préférence avec la trousse d'accessoires Shelf Kit de Brød & Taylor. Deux plaques de four allant dans la chambre de pousse, chacune au moins 9 x 13" (23 x 33 cm), mais maximum 14¼ x 12" (36 x 30 cm).

Préparation. Préparez la chambre de pousse avec de l'eau dans le récipient à eau et réglez la température à 80 °F / 26 °C. Faites une marque sur un récipient de fermentation au niveau de neuf tasses (deux litres).

Mélange de la pâte. Mettez la farine, le sel et la levure dans un bol à mélanger et incorporez bien tous les ingrédients. Ajoutez le beurre, le sirup de malt et l'eau tiède. Mélangez à la main ou à la machine jusqu'à ce que la

pâte devienne lisse et homogène.

Pétrissage de la pâte. Pétrissez la pâte jusqu'à ce qu'elle soit relativement bien développée, environ sept minutes à la main ou six minutes dans un batteur sur socle à basse vitesse.

Levée de la pâte. Transférez la pâte dans le récipient de fermentation que vous avez marqué et laissez lever à la chambre de pousse jusqu'à ce qu'elle ait triplé de volume. Le haut de la pâte atteindra neuf tasses (un peu plus que deux litres) en environ 90 minutes.

Préparation de la solution au bicarbonate. Pendant que la pâte lève, préchauffez le four à 350 °F / 175 °C et recouvrez une grande plaque de four avec du papier d'aluminium. Étalez 1½ tasse (375 g) de bicarbonate de soude sur le papier d'aluminium et faites cuire au four jusqu'à ce que les bretzels commencent leur levée finale, soit entre 75 et 90 minutes.

Division et préfaçonnage de la pâte. Lorsque la pâte a fini de lever, retournez-la sur une surface de travail très légèrement farinée et dégazez-la en la pressant en un rectangle. Avec un couteau bien aiguisé, coupez la pâte en huit morceaux d'environ 3,1 onces (90 g) chacun. Pendant la division, le préfaçonnage et le façonnage des bretzels, travaillez avec un morceau de pâte à la fois et gardez le reste couvert. Pressez chaque morceau en un petit rectangle et puis roulez-le en un cylindre en commençant par le long côté. Pincez le pli pour le fermer et scellez les bouts, ensuite laissez les cylindres reposer couverts pendant cinq minutes.

Préchauffage du four. Entre-temps, sortez le bicarbonate de soude du four et laissez-le de côté pour refroidir. Réglez le four à 400 °F / 205 °C.

Façonnage des bretzels. Saupoudrez légèrement les deux plaques de four allant dans la chambre de pousse avec de la farine. Tout en commençant par le milieu et en utilisant une bonne pression, roulez les cylindres en cordes avec vos mains jusqu'à ce qu'ils atteignent une longueur d'environ 20 pouces (50 cm). Pour un bretzel avec une boucle plus épaisse en bas, laissez la pâte plus épaisse au milieu. Façonnez une forme en U, ensuite enroulez et ramenez les bouts vers le bas pour créer la forme classique du bretzel. Appuyez légèrement pour sceller les bouts.

Levée des bretzels. Faites lever les bretzels dans la chambre de pousse pendant 15 minutes. Vous pouvez aussi les laisser lever couverts sur le comptoir. Dans une pièce à une température de 68 °F / 20 °C, ceci prendra environ 25 à 30 minutes. Les bretzels ne devraient pas encore avoir terminé leur levée, lorsque vous commencez la procédure de touche finale.

Mise en place de la station de touche finale. En débutant d'un côté de la surface de travail, mettez en place un récipient non réactif rempli avec une pinte / un litre d'eau froide. Idéalement, ce premier récipient de trempage devrait être assez large pour que quatre bretzels puissent flotter en une seule couche (ex. nous avons utilisé une poêle en acier inoxydable). À côté de ce récipient, placez un bol avec environ 1,5 pintes / 1,5 litres d'eau froide pour rincer les bretzels. Le rinçage empêche la croûte d'être amère. Après les récipients de trempage et de rinçage, préparez deux papiers parchemin (ou deux revêtements en silicone) pour recouvrir les plaques de four. Enfin,

dans un petit bol, fouettez légèrement un œuf pour la dorure (facultatif) et terminez à la fin de votre surface de travail avec le gros sel pour le saupoudrer sur les bretzels.

Précautions importantes. Gardez le bicarbonate de soude loin des yeux et évitez les surfaces réactives telles que l'aluminium. Si la solution se trouve sur la surface de pierre finie, elle enlèvera la finition.

En fouettant, versez progressivement le bicarbonate de soude (maintenant environ 1 ¼ tasse ou 190 g) dans le premier récipient, puis continuez à fouetter jusqu'à dissolution.

Trempage des bretzels et touche finale. Lorsque les bretzels ont fini de lever, enlevez doucement la première série de leur plaque de four et trempez les bretzels avec la partie supérieure vers le bas dans la solution de bicarbonate de soude. Faites les flotter pendant trois à quatre minutes, tout en versant de temps en temps la solution de trempage sur la partie qui n'est pas submergée. Pendant que les bretzels flottent, enlevez la farine de la plaque de four vide et tapissez-la avec le papier parchemin. Sortez doucement les bretzels l'un après l'autre de la solution de bicarbonate de soude et plongez-les brièvement dans le récipient de rinçage. Égouttez-les et placez-les sur la plaque de four recouverte de papier parchemin. Le rinçage empêche la croûte de devenir amère.

Trempez la deuxième série de bretzels dans la solution de trempage et préparez la deuxième plaque de four de la même façon que la première. Brossez au pinceau la première série de bretzels avec la dorure d'œuf (si vous l'utilisez) et saupoudrez avec environ la moitié du sel. Lorsque la deuxième série est trempée puis rincée, appliquez également la dorure d'œuf et saupoudrez de sel.

Cuisson au four des bretzels. Placez les bretzels au centre du four et faites cuire pendant 20 à 25 minutes ; retournez-les à mi-cuisson pour favoriser un brunissement uniforme. Ensuite sortez les plaques du four et laissez les bretzels refroidir.

Alternative pour la touche finale. Si vous préférez faire bouillir les bretzels dans la solution de bicarbonate de soude, sautez l'étape de « Préparation de la solution au bicarbonate ». Lorsque vous arrivez à l'étape « Mise en place de la station de touche finale », procédez comme suit :

Portez une pinte / un litre d'eau à ébullition dans une grande casserole. Pendant que l'eau commence à bouillir doucement, préparez une écumoire et les revêtements en papier parchemin ou en silicone pour les plaques de four. Ayez le sel de brezel près de vous. Quand l'eau bout, ajoutez trois cuillères à soupe (47 g) de bicarbonate de soude et mélangez jusqu'à dissolution ; ensuite laissez mijoter doucement.

Lorsque les bretzels sont prêts, faites-les bouillir pendant environ dix secondes de chaque côté. Sortez-les de la casserole, égouttez-les et placez-les ensuite sur la plaque de four tapissée de papier parchemin. Saupoudrez les bretzels avec du sel et faites-les cuire au four selon la recette.

Babka au chocolat et aux noisettes

Ce pain à la levure ressemble à une brioche, mais il est laminé plus mince, jumelé au chocolat, tordu dans une double tresse et recouvert d'un glaçage au chocolat ou au sucre. Bien qu'elle semble compliquée, la babka est étonnamment simple à faire avec des possibilités infinies pour les garnitures et les glaçages. Utilisez la chambre de pousse pendant la levée finale afin de faire lever la miche assez pour que ses nombreuses couches ressortent magnifiques à l'œil lorsque vous la tranchez.

Rendement : un pain.

Timing : commencez ce pain environ dix heures avant de le servir.



Pâte :

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces	Pourcentage du boulanger
Lait entier, tiède	½ tasse	100	4,0	0 %
Sucre, fin	1 c. à café	4	0,14	1,5 %
Levure instantanée	2 c. à café	6	0,2	2,3 %
Farine tout usage non blanchie	2 tasses	260	1,8	100 %
Sel, fin	1 c. à café	5	0,17	1,9 %
Œuf, gros	1	60	2,0	0 %
Beurre non salé, coupé en six morceaux	6 c. à soupe	90	3,0	0 %

Garniture :

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Beurre non salé	7 c. à soupe	100	3,5
Sucre, fin	½ tasse	100	3,5
Chocolat mi-sucré, haché grossièrement	½ tasse	80	3,0
Cacao en poudre, naturel et non sucré	5 c. à soupe	40	1,4
Expresso en poudre	½ c. à café	3	0,1
Cannelle	½ c. à café	3	0,1
Noisettes* grillées, hachées grossièrement	¾ tasse	65	2,1

* Facultatives, peuvent être remplacées par les amandes ou les noix.

Glaçage au sirop :

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Eau	¼ tasse	59	2,0
Sucre, fin	¼ tasse	50	1,7
Miel	1 c. à soupe	21	0,75

Glaçage au chocolat : *facultatif, à utiliser au lieu du glaçage au sirop*

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Chocolat mi-sucré, haché finement	⅓ tasse	57	2
Chocolat au lait, haché finement	⅓ tasse	57	2
Beurre non salé	6 c. à soupe	85	3
Sirop de maïs blanc	1 c. à soupe	20	¾

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, batteur sur socle (facultatif), rouleau à pâtisserie, moule à pain de 8½ x 4½” (21,5 x 11,5 cm) et papier parchemin de 8” x 12” (20 x 51 cm).

Mélange des quatre premiers ingrédients. Dans un bol moyen ou dans le batteur sur socle, mélangez la levure avec du lait et du sucre ainsi qu'environ un quart de la farine.

Préparation de la pâte principale.

À la main : Mélangez le beurre avec les ingrédients dans le bol. Ajoutez l'œuf et le sel et mélangez bien de nouveau. Graduellement ajoutez la farine jusqu'à ce qu'elle soit incorporée de façon uniforme. Tournez la pâte sur une surface légèrement farinée et pétrissez jusqu'à ce qu'elle devienne lisse, environ huit minutes.

En utilisant le batteur sur socle : Si vous utilisez le batteur sur socle avec le crochet pétrisseur à basse vitesse, combinez le beurre avec les ingrédients dans le bol et ensuite ajoutez l'œuf et le sel. Mélangez bien. Graduellement ajoutez la farine jusqu'à ce qu'elle soit complètement incorporée. Ajustez le batteur à vitesse moyenne et pétrissez la pâte jusqu'à ce qu'elle devienne lisse, environ cinq minutes. La pâte devrait se détacher des côtés du bol facilement.

Réfrigération de la pâte. Couvrez le bol de pellicule plastique et mettez-le au réfrigérateur pendant six à douze heures. Une autre option est de sauter l'étape de réfrigération et de rouler la pâte selon les instructions ci-dessous. Cependant, la pâte s'améliore souvent avec une période de repos et de levée, alors nous recommandons la réfrigération.

Préparation de la chambre de pousse et du moule. Lorsque le temps de réfrigération est terminé, réglez la chambre de pousse à 80 °F / 27 °C et placez le récipient à eau au milieu de la plaque chauffante sur la base de la chambre de pousse. Versez ¼ de tasse / 60 ml d'eau dans le récipient et placez la grille par-dessus. Graissez généreusement les côtés et le fond du moule. Coupez un morceau de papier parchemin pour aligner les côtés longs

et le fond du moule ; le papier parchemin doit surplomber les deux côtés longs, cela vous aidera à lever la miche facilement du moule, lorsqu'elle aura fini de cuire.

Préparation de la garniture. Dans une petite casserole, faites fondre les sept cuillères à soupe de beurre. Ajoutez le sucre et remuez jusqu'à ce que le mélange se dissout presque complètement. Retirez du feu et ajoutez le chocolat mi-sucré. Laissez reposer pendant une minute, puis remuez lentement jusqu'à ce que le chocolat soit fondu et lisse. Ajoutez le cacao en poudre, l'expresso en poudre et la cannelle. Remuez doucement pour bien mélanger le tout. Mettez de côté pour qu'elle se refroidisse à température ambiante.

Roulement de la pâte. Retournez la pâte sur une surface légèrement farinée et roulez-la en un rectangle d'environ 12 x 20" / 30 x 50 cm. Si la pâte se contracte et résiste lors de cette étape, couvrez la pâte partiellement roulée doucement d'une pellicule plastique et laissez-la reposer pendant cinq à dix minutes. Une fois que la pâte s'est reposée, continuez à la dérouler jusqu'aux dimensions finales.

Étalement de la garniture sur la pâte. Étalez la garniture tout au long de la surface de la pâte jusqu'aux bords. Si vous voulez, saupoudrez les noix grillées et grossièrement hachées sur la garniture de chocolat. Roulez la pâte fermement dans une bûche de 20 " / 50 cm de long, tout en commençant par l'un des côtés longs.

Façonnage de la babka. À l'aide d'un couteau aiguisé et fariné, coupez la pâte complètement en deux dans le sens de la longueur. Remettez de la farine sur le couteau à chaque fois que vous coupez de nouveau. Roulez les deux longueurs de sorte que les côtés coupés soient orientés vers le haut. Chevauchez l'extrémité d'un rouleau sur l'autre avec les côtés coupés toujours vers le haut. Prenez ensuite l'autre rouleau coupé et posez-le sur l'autre, en prenant soin que les côtés coupés soient toujours orientés vers le haut. Continuez à faire une pâte torsadée qui ressemble à une corde, tout en chevauchant et tordant les deux moitiés de la pâte ensemble dans un morceau de pâte torsadée. Au cas où il y aurait de la garniture ou des noix qui tombent, vous n'avez qu'à les placer dans le fond de votre moule à pain préparé ultérieurement.

Transfert au moule. Formez la miche en pressant doucement et lentement sur les extrémités, tout en la gardant tordu à une épaisseur constante. Soulevez et placez-la dans le moule.

Levée de la pâte de babka. Placez la miche de babka dans la chambre de pousse et laissez-la lever pendant deux heures jusqu'à ce qu'elle soit gonflée et ait presque doublé de volume.

Préparation de la cuisson au four. Après que la miche ait levé pendant une heure et demie, placez une grille dans la partie inférieure du four avec assez d'espace au-dessus pour que la miche puisse se lever. Préchauffez le four à 375 °F / 190 °C.

Cuisson au four de la babka. Faites cuire la babka sur la grille du milieu pendant 25 à 30 minutes. (Si vous faites le glaçage au sirop, préparez-le pendant

que la babka est au four.) Vous pouvez vérifier si la miche est entièrement cuite avec une brochette que vous insérez au centre – la miche est prête s'il n'y pas de pâte qui colle sur la brochette. Essayez d'insérer la brochette principalement dans la pâte et non dans sa garniture, car il peut sinon y avoir quelques morceaux de garniture de chocolat qui s'y accrochent. Retirez la miche du four et laissez-la dans le moule, mais mettez-la sur une grille pour qu'elle se refroidisse.

Préparation du glaçage. Choisissez une des deux options de glaçage de babka ci-dessous :

Glaçage au sirop : Ce glaçage peut être préparé pendant que la babka cuit au four. Dans une petite casserole, portez l'eau, le sucre et le miel à ébullition et laissez bouillir lentement pendant environ deux minutes. Remuez et, à l'aide d'une cuillère, enlevez toute la mousse qui monte à la surface. Retirez du feu et mettez de côté pour que le glaçage atteigne une température ambiante. Lorsque la babka a fini de cuire et est encore légèrement chaude dans le moule, étalez le glaçage au sirop à la cuillère ou à la brosse au-dessus de la babka. Essayez de couvrir toutes les surfaces et utilisez autant de glaçage que vous désirez. Laissez la babka se refroidir complètement avant de la soulever du moule. Si vous essayez de la retirer du moule pendant qu'elle est encore chaude, elle peut s'effondrer ou se briser.

Glaçage au chocolat : Ce glaçage doit être préparé après que votre babka a fini de cuire et repose dans le moule sur une grille pour se refroidir. Réglez votre cuisinière à la plus basse température et faites fondre le beurre dans une petite casserole. Incorporez à la fois les morceaux de chocolat noir et de chocolat au lait. Les morceaux de chocolat vont fondre lentement. Lorsque le mélange devienne lisse et complètement homogène, ajoutez du sirop de maïs et remuez. Retirez la babka encore tiède du moule. Enlevez doucement et lentement le parchemin des côtés. Étalez le glaçage au-dessus et sur les côtés de la babka et laissez-la se refroidir complètement, environ 30 minutes.

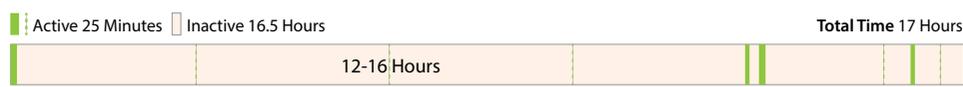
Conservation. La babka se conserve jusqu'à quatre jours à température ambiante ou elle peut être congelée pendant deux mois. Si vous la faites congeler, assurez-vous de bien l'envelopper.

Pain sans pétrissage

Ce pain est très populaire et ceci à juste titre – il est bien facile à faire et donne de magnifiques résultats. En seulement 90 secondes de travail de plus, ce bon pain sans pétrissage devient excellent. Trois simples plis, chacun d'environ 30 secondes, c'est tout ce qu'il vous faut.

Rendement : une boule.

Timing : commencez ce pain au moins 17 heures avant de le servir. Bien que le timing exact des plis ne soit pas important, il est bon de les espacer. La longue fermentation se produit généralement pendant la nuit, vous pouvez alors faire un pli avant de vous coucher, l'autre le matin et le troisième quand cela vous convient.



Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces	Pourcentage du boulanger
Farine tout usage non blanchie ou farine à pain	2¾ tasses*	400	14,1	93 %
Farine de blé complet ou farine de seigle complet	¼ tasse*	30	1,1	7 %
Levure instantanée	⅛ c. à café	0,4	0,01	0,1 %
Sel, fin	1½ c. à café	8,6	0,3	2 %
Eau, à environ 70 °F / 21 °C	1⅓ tasse	317	11,2	74 %

* Mesurer en trempant la tasse dans le récipient à farine et en ôtant ensuite l'excès avec le côté plat d'un couteau. Si vous le souhaitez, vous pouvez remplacer la farine à grains entiers par de la farine tout usage ou de la farine à pain.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, chaudière hollandaise (allant au four jusqu'à au moins 450 °F / 230 °C).

Préparation. Réglez la chambre de pousse à 70 °F / 21 °C et mettez le récipient à eau au milieu de la plaque chauffante sur la base de la chambre de pousse. Versez ¼ de tasse (60 ml) d'eau dans le récipient à eau et placez la grille par-dessus le récipient.

Mélange de la pâte. Dans un grand bol, mélangez la farine, la levure et le sel jusqu'à ce que le tout soit bien distribué, ensuite ajoutez de l'eau et mélangez jusqu'à ce que la pâte soit hydratée de façon uniforme. La pâte sera très molle et collante.

Fermentation de la pâte. Couvrez le bol et placez-le dans la chambre de pousse à 70 °F / 21 °C pendant au moins 12 et jusqu'à 16 heures. Pendant cette longue fermentation, faites trois séances de pliage, espacées de quatre à cinq heures. Afin de plier la pâte, utilisez votre main ou une spatule mouillée pour gratter une partie de la pâte du côté du bol, puis soulevez et étirez-la un

peu avant de la plier au centre du bol. Tournez le bol et répétez-le huit fois pour chaque séance de pliage.

Façonnage de la miche. Après la longue fermentation dans le bol et trois séances de pliage terminées, notre recette suit la méthode classique de pliage et de façonnage de la pâte sans pétrissage. Pour façonner la pâte, grattez-la sur une surface de travail farinée et faites une quatrième séance de huit plis, puis couvrez-la et laissez-la se reposer pendant 15 minutes. Entre-temps, préparez une plaque de four avec un papier parchemin d'une longueur d'environ 16" / 41 cm (les extrémités longues seront utilisées pour soulever et déplacer la miche levée).

Façonnez la pâte en un rond (une façon facile pour y arriver est de faire une dernière séance de huit plis), tout en enlevant la farine, lorsque nécessaire. Placez la miche sur la plaque de four avec le papier parchemin tout en gardant les plis vers le haut, puis couvrez-la avec un torchon généreusement enfariné et placez-la dans la chambre de pousse à 72 °F / 22 °C.

Levée de la miche. Laissez la pâte lever jusqu'à ce qu'un doigt doucement pressé dans le côté de la pâte fait un creux qui rebondit lentement, pendant environ 2½ heures à 72 °F / 22 °C.

Préchauffage du four. Mettez la chaudière hollandaise dans la partie inférieure du four et préchauffez le four à 450 °F / 230 °C environ 30 minutes avant de mettre le pain dedans.

Cuisson du pain au four. Lorsque le pain a fini de fermenter, utilisez les extrémités oblongues du papier parchemin pour soulever la miche avec précaution et pour la transférer dans la chaudière hollandaise (côté des plis toujours vers le haut). Placez le couvercle sur la chaudière hollandaise pour sceller la vapeur et faites cuire la miche au four pendant 30 minutes. Après 30 minutes, enlevez le couvercle et tournez la chaudière hollandaise, puis continuez à faire cuire la miche à découvert pendant encore 20 à 30 minutes, jusqu'à ce qu'elle soit d'une couleur brun doré foncé et que le pain sonne creux si on le frappe doucement par le bas. Laissez-le refroidir avant de le trancher.

Yogourt, beurre, fromage, chocolat, kéfir, kombucha, tempeh



MODE DE LA CHAMBRE DE POUSSE – sec

UTILISEZ LA GRILLE SANS LE RÉCIPIENT À EAU



Également pour :

Crème aigre (crème sure ou crème fraîche épaisse), crème fraîche, natto

- Placez les récipients **SUR LA GRILLE** au-dessus de la plaque chauffante.

Plage de température

70-120 °F / 21-49 °C

- Utilisez les récipients fermés pour la fabrication du yogourt. La température de consigne est pour la température du contenu de la chambre de pousse et non la température de l'air à l'intérieur. Si la chambre de pousse est utilisée à sec (sans le récipient à eau) à 70-95 °F / 21-35 °C, la température des aliments peut être de plusieurs degrés au-dessous de la température de consigne.



NOTE : la chambre de pousse est calibrée pour conserver la température du contenu d'un pot ou d'un bol à la température indiquée sur le réglage, et non à la température de l'air à l'intérieur. Les objets dans la chambre de pousse sont chauffés par l'air à l'intérieur ainsi que directement par la plaque chauffante (chauffage infrarouge par rayonnement). Pour de meilleurs résultats à des températures de 95-120 °F / 35-49 °C, utilisez des récipients couverts. N'utilisez pas de récipient à eau.

Si la température ambiante de la pièce dans laquelle se trouve la chambre de pousse est assez basse (inférieure à 60 °F / 15 °C) ou très élevée (supérieure à 77 °F / 25 °C), il se peut que la température de consigne doive être ajustée de quelques degrés plus haut ou plus bas afin d'atteindre le résultat désiré.

Lignes directrices générales et conseils

Yogourt. Avec une régulation de température extrêmement précise, la chambre de pousse se révèle excellente pour la fabrication de yogourts. Elle évite les paramètres préparatoires d'usine d'une machine de fabrication de yogourt traditionnelle qui font souvent surchauffer la culture. Vous pouvez faire jusqu'à deux gallons (huit litres) ou bien aussi peu qu'un seul pot en utilisant des récipients standards en verre. Notre méthode de température unique « haut-bas » fonctionne très bien ; en seulement quatre heures, vous allez préparer un yogourt épais, sans risque alimentaire et avec une texture plus crémeuse remportant des critiques merveilleuses. Utilisez la régulation de température pour faire du yogourt à la grecque, au lait de chèvre, sans lactose ou sans produits laitiers.

Chocolat. Avec la chambre de pousse, vous pouvez faire fondre et tempérer du chocolat sans risques, même pour un chocolat blanc qui brûle vite. Gardez le chocolat à la température de travail idéale après le tempérage. Il y a assez d'espace pour garder aussi vos bols et vos ustensiles au chaud. Vous pouvez facilement préparer d'impressionnants copeaux de chocolat à partir d'une tablette de chocolat chauffée dans la chambre de pousse.

Fromage. Utilisez la chambre de pousse pliante pour fabriquer un délicieux fromage à pâte molle avec des ingrédients frais et soyez ainsi rassuré de toujours obtenir des saveurs exceptionnelles en utilisant la bonne température pour chaque culture de fromage. La chambre de pousse fait de la période de maturation un jeu d'enfant.

Beurre et babeurre. Qu'est-ce qui pourrait être plus spécial qu'un beurre de culture fait maison ? Préparez-le dans la chambre de pousse – pas de baratte nécessaire. Une crème épaisse de haute qualité vous permettra de fabriquer un beurre de culture exquis et, avec en prime, du babeurre délicieux que vous pourrez utiliser dans une autre recette.

Aliments fermentés. La chambre de pousse est parfaitement adaptée pour maintenir la bonne température pendant des jours, des semaines ou même pendant des mois pour faire pousser les bactéries probiotiques dans les aliments fermentés. Les cultures probiotiques vivantes renforcent le système immunitaire et favorisent la santé digestive. Les aliments fermentés peuvent être des produits laitiers ou des aliments sans produits laitiers tels que le kombucha, le kéfir de lait, le kéfir d'eau, le natto, le tempeh, le kimchi, la sauce de soja, le tofu, les légumes variés marinés et même la bière.

Kombucha. Le kombucha probiotique, un délice pétillant, est un aliment fermenté que vous pouvez préparer dans la chambre de pousse. Choisissez le thé, la quantité de sucre à ajouter et des arômes que vous aimez, tout en économisant de l'argent, car vous n'avez plus besoin d'acheter du kombucha en bouteille individuelle et qui coûte très cher en magasin.

Kéfir d'eau. Avec une population encore plus diverse de bactéries bénéfiques que le yogourt ou le kombucha, le kéfir d'eau est un produit complètement sans caféine ayant un cycle court de fermentation, ce qui en fait l'un des aliments fermentés les plus faciles et plus rapides à faire.

Tempeh. Étant la principale source quotidienne de protéines pour des centaines de millions d'habitants en Asie du Sud-Est, le tempeh est l'aliment de soja le plus consommé au monde ; de plus, il ne contient pas de cholestérol. La saveur appétissante de noix se marie bien avec un large éventail de recettes. Fabriqué à partir de la fermentation, le tempeh est une bonne source de calcium et contient des nutriments faciles à digérer. Pour préparer du tempeh, vous n'avez besoin que de graines de soja, de levure de tempeh, de vinaigre et d'une chambre de pousse pliante.

Yogourt de style « crème anglaise » et à la grecque

Avec cette recette de yogourt, vous allez pouvoir faire un yogourt épais de style « crème anglaise » qui n'a pas besoin d'additifs tels que de la gélatine ou du lait en poudre.

Timing : a préparation – une heure ; le traitement de la culture – trois à quatre heures.

Deux techniques clés pour obtenir ce yogourt épais et crémeux :

1. Gardez la température du lait à 195 °F / 90 °C pendant dix minutes pour créer une texture cuillérable.

2. Faites le traitement de la culture en utilisant notre méthode « haut-bas ». Cette méthode commence avec une température élevée de 120 °F / 49 °C pour accélérer le traitement de la culture, tout en offrant des conditions de salubrité des aliments au plus haut niveau, puis se prolonge avec une température basse de 86 °F / 30 °C pour obtenir une texture lisse et ferme.

Ingrédients	Par unité E.-U. / métrique			
Lait (entier, faible en gras ou écrémé)	4 tasses / 1 litre	2 quarts / 2 litres	1 gallon / 4 litres	2 gallons / 8 litres
Levure de yogourt nature*	2 c. à soupe / 30 ml	¼ tasse / 59 ml	½ tasse / 118 ml	1 tasse / 237 ml
Par poids				
Lait (entier, faible en gras ou écrémé)	976 g	1,95 kg	3,9 kg	7,8 kg
Levure de yogourt nature*	31 g	61 g	122 g	245 g

* Soit du yogourt nature ayant des cultures vivantes, acheté en magasin, soit du yogourt fait maison réservé d'un lot précédent.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor sans récipient à eau, thermomètre, grande cuillère ou fouet, bocaux Mason en verre ou autres pots résistants à la chaleur avec une capacité d'un quart / un litre ou moins. Tout ce qui touchera le lait doit être soigneusement nettoyé et sec.

Note : lorsque vous utilisez la chambre de pousse pour fabriquer du yogourt, assurez-vous qu'il n'y a pas d'eau dans le récipient à eau, car ce dernier n'est pas nécessaire pour la fabrication de yogourt. Vous pouvez le retirer de la chambre de pousse, si vous voulez, ou bien le laisser dedans, mais vide ; il ne faut surtout pas ajouter de l'eau, car ceci affectera les réglages de température.

Première étape : chauffage du lait à 195 °F / 90 °C pendant dix minutes. Chauffez le lait à 195 °F / 90 °C. Mélangez-le régulièrement pour éviter de le brûler. Gardez la température du lait au-dessus de 195 °F / 90 °C pendant

dix minutes. Tout dépendamment de la quantité totale de liquide, il se pourrait que vous ayez à utiliser un feu doux sur la cuisinière.

Conseil : mélangez ou fouettez le lait afin de recouvrir la surface avec des bulles pour ainsi empêcher le lait de former une peau pendant le chauffage et le refroidissement.

Deuxième étape : refroidissement du lait à 115 °F / 46 °C. Retirez le lait du feu et laissez-le refroidir jusqu'à au moins 115 °F / 46 °C. Pour un refroidissement plus rapide, placez le récipient contenant le lait dans une casserole ou dans un évier rempli d'eau froide du robinet. Entre-temps, préparez la chambre de pousse en mettant la grille en place et en réglant la température à 120 °F / 49 °C.

Troisième étape : ajout de la levure de yogourt au lait. Mettez la levure de yogourt avec des cultures vivantes dans un petit bol. Ajoutez progressivement, en mélangeant, une petite quantité de lait chaud pour que le mélange se liquéfie, puis continuez à mélanger jusqu'à ce qu'il devienne lisse. Ensuite versez ce mélange liquéfié dans le grand récipient contenant le lait et mélangez doucement pour répartir de façon uniforme. Versez le lait dans les pots et placez les pots dans la chambre de pousse.

Conseil : pour une bonne circulation de chaleur et la température la plus précise du mélange, placez les pots de telle sorte qu'ils ne soient pas directement au-dessus du centre de la chambre de pousse.

Quatrième étape : le traitement de la culture à 120 °F / 49 °C pendant une heure, ensuite réduction de chaleur à 86 °F / 30 °C. Réglez une minuterie de cuisine pour une heure, puis baissez la température de la chambre de pousse à 86 °F / 30 °C, une fois cette heure écoulée. Il est important de ne pas laisser la température à 120 °F / 49 °C pendant plus d'une heure afin d'éviter la séparation du petit-lait et l'apparition d'une texture grumeleuse.

Cinquième étape : vérification du yogourt après deux heures. Vérifiez le yogourt en inclinant un pot doucement de côté pour voir si le lait s'est transformé. Si vous avez utilisé un lait plus riche en protéines ou une culture qui agit plus rapidement, il se peut qu'il soit prêt en seulement deux heures (une heure à 120 °F / 49 °C plus une heure à 86 °F / 30 °C). La plupart des yogourts prendront environ trois à quatre heures, sinon le yogourt peut aussi être traité avec une culture pendant plus longtemps pour plus de saveur et d'acidité. Lorsque le yogourt est prêt, mettez-le dans le réfrigérateur et laissez-le refroidir complètement. Assurez-vous de réserver assez de yogourt pour commencer votre prochain lot.

Le yogourt à la grecque peut être fabriqué en égouttant le yogourt fait de l'une de nos recettes, tel que le yogourt classique, de style « crème anglaise », sans lactose, au lait de chèvre ou au lait de soja. Pour égoutter le yogourt, doublez une passoire ou un tamis avec un grand filtre à café en papier ou plusieurs couches de toile à fromage. Placez le tamis au-dessus d'un bol et versez ou transférez le yogourt avec une cuillère. Couvrez et réfrigérez. Laissez égoutter pendant trois à quatre heures pour un yogourt à la grecque épais, ou pendant toute une nuit pour la texture la plus épaisse possible.



Versez le yogourt ou transférez-le avec une cuillère dans une passoire doublée, tout en gardant le niveau de yogourt endessous du rebord. Couvrez et réfrigérez. Après douze heures, découvrez, soulevez la passoire du bol et réfrigérez le petit-lait pour une autre utilisation. Décollez doucement le yogourt du papier filtre ou de la toile et transférez-le dans un bol propre.

Yogourt classique

Avec cette recette classique, votre yogourt aura un goût frais et fruité et sera peu acidulé.

Pour comparaison, notre recette de yogourt de style « crème anglaise » crée un yogourt plus épais, avec un goût de lait cuit ou de crème anglaise et est moins acidulé. Les deux styles profitent de notre méthode « hautbas » qui débute le traitement de la culture à chaud, mais permet ensuite au yogourt de se solidifier à une plus basse température afin d'obtenir une texture lisse.

Timing : la préparation – une heure ; le traitement de la culture – trois à quatre heures.

Ingrédients	Par unité E.-U. / métrique			
Lait (entier, faible en gras ou écrémé)	4 tasses / 1 litre	2 quarts / 2 litres	1 gallon / 4 litres	2 gallons / 8 litres
Yogourt nature*	2 c. à soupe / 30 ml	¼ tasse / 59 ml	½ tasse / 118 ml	1 tasse / 237 ml
Par poids				
Lait (entier, faible en gras ou écrémé)	976 g	1,95 kg	3,9 kg	7,8 kg
Yogourt nature*	31 g	61 g	122 g	245 g

* Soit du yogourt nature ayant des cultures vivantes, acheté en magasin, soit du yogourt fait maison réservé d'un lot précédent.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor sans récipient à eau, thermomètre, bocaux Mason en verre ou autres pots résistants à la chaleur avec une capacité d'un quart / un litre ou moins. Tout ce qui touchera le lait doit être soigneusement nettoyé et sec.

Note : lorsque vous utilisez la chambre de pousse pour fabriquer du yogourt, assurez-vous qu'il n'y a pas d'eau dans le récipient à eau, car ce dernier n'est pas nécessaire pour la fabrication de yogourt. Vous pouvez le retirer de la chambre de pousse, si vous voulez, ou bien le laisser dedans, mais vide ; il ne faut surtout pas ajouter de l'eau, car ceci affectera les réglages de température.

Première étape : chauffage du lait à 165 °F / 74 °C. Chauffez le lait à 165 °F / 74 °C sur la cuisinière ou au four à micro-ondes. Si vous utilisez la cuisinière, mélangez souvent pour empêcher le lait de brûler

Conseil : mélangez ou fouettez le lait afin de recouvrir la surface avec des bulles pour ainsi empêcher le lait de former une peau pendant le chauffage et le refroidissement.

Deuxième étape : refroidissement du lait à 115 °F / 46 °C. Retirez le lait du feu et laissez-le refroidir jusqu'à au moins 115 °F / 46 °C. Pour un refroidissement

plus rapide, placez le récipient contenant le lait dans une casserole ou dans un évier rempli d'eau froide du robinet. Entre-temps, préparez la chambre de pousse en mettant la grille en place et en réglant la température à 120 °F / 49 °C.

Troisième étape : ajout de yogourt. Mettez le yogourt avec des cultures vivantes dans un petit bol. Ajoutez progressivement, en mélangeant, une quantité assez grande de lait chaud pour que le mélange se liquéfie, puis continuez à mélanger jusqu'à ce qu'il devienne lisse. Ensuite versez ce mélange liquéfié dans le grand récipient contenant le lait et mélangez doucement pour répartir de façon uniforme. Versez le lait dans les pots et placez les pots dans la chambre de pousse.

Conseil : pour une bonne circulation de chaleur et la température la plus précise du mélange, placez les pots de telle sorte qu'ils ne soient pas directement au-dessus du centre de la chambre de pousse.

Quatrième étape : le traitement de la culture à 120 °F / 49 °C pendant une heure, ensuite réduction de chaleur à 86 °F / 30 °C. Réglez une minuterie de cuisine pour une heure, puis baissez la température de la chambre de pousse à 86 °F / 30 °C, une fois cette heure écoulée. Il est important de ne pas laisser la température à 120 °F / 49 °C pendant plus d'une heure afin d'éviter la séparation du petit-lait et l'apparition d'une texture grumeleuse qui résulte d'un traitement de la culture à une température trop élevée pendant trop longtemps.

Cinquième étape : vérification du yogourt après deux heures. Vérifiez le yogourt en inclinant un pot doucement de côté pour voir si le lait s'est transformé. Si vous avez utilisé un lait plus riche en protéines ou une culture qui agit plus rapidement, il se peut qu'il soit prêt en seulement deux heures (une heure à 120 °F / 49 °C plus une heure à 86 °F / 30 °C). La plupart des yogourts prendront environ trois à quatre heures, sinon le yogourt peut aussi être traité avec une culture pendant plus longtemps pour plus de saveur et d'acidité. Lorsque le yogourt est prêt, laissez-le refroidir complètement. Assurez-vous de réserver assez de yogourt pour commencer votre prochain lot.

Yogourt sans lactose

Le lait régulier et les cultures vivantes classiques créent un yogourt délicieux avec un goût naturellement acidulé. Pour éliminer le lactose du lait régulier, on utilise une culture de longue durée, soigneusement contrôlée dans la chambre de pousse, afin de laisser aux bactéries bénéfiques assez de temps pour consommer les sucres du lait. Ce procédé crée un yogourt que la plupart des personnes sensibles au lactose peuvent consommer.

Timing : la préparation – une heure ; le traitement de la culture – 19 heures.

Ingrédients	Par unité E.-U. / métrique			
Lait (entier, faible en gras ou écrémé)	4 tasses / 1 litre	2 quarts / 2 litres	1 gallon / 4 litres	2 gallons / 8 litres
Yogourt nature*	2 c. à soupe / 30 ml	¼ tasse / 59 ml	½ tasse / 118 ml	1 tasse / 237 ml
Par poids				
Lait (entier, faible en gras ou écrémé)	976 g	1,95 kg	3,9 kg	7,8 kg
Yogourt nature*	31 g	61 g	122 g	245 g

* Soit du yogourt nature ayant des cultures vivantes, acheté en magasin, soit du yogourt fait maison réservé d'un lot précédent.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor sans récipient à eau, thermomètre, bocaux Mason en verre ou autres pots résistants à la chaleur avec une capacité d'un quart / un litre ou moins. Tout ce qui touchera le lait doit être soigneusement nettoyé et sec.

Note : lorsque vous utilisez la chambre de pousse pour fabriquer du yogourt, assurez-vous qu'il n'y a pas d'eau dans le récipient à eau, car ce dernier n'est pas nécessaire pour la fabrication de yogourt. Vous pouvez le retirer de la chambre de pousse, si vous voulez, ou bien le laisser dedans, mais vide ; il ne faut surtout pas ajouter de l'eau, car ceci affectera les réglages de température.

Première étape : chauffage du lait à 200 °F / 93 °C. Chauffez le lait à 200 °F / 93 °C sur la cuisinière ou au four à micro-ondes. Si vous utilisez la cuisinière, mélangez souvent pour empêcher le lait de brûler. Quand le lait atteint une température de 200 °F / 93 °C, retirez-le du feu, couvrez-le et gardez-le chaud pendant dix minutes.

Conseil : mélangez ou fouettez le lait afin de recouvrir la surface avec des bulles pour ainsi empêcher le lait de former une peau pendant le chauffage et le refroidissement.

Deuxième étape : refroidissement du lait à 115 °F / 46 °C. Enlevez le couvercle du récipient contenant le lait et laissez-le refroidir jusqu'à juste en-dessous de 115 °F / 46 °C. Pour un refroidissement plus rapide, placez le

réipient contenant le lait dans une casserole ou dans un évier rempli d'eau froide du robinet. Entre-temps, préparez la chambre de pousse en mettant la grille en place et en réglant la température à 120 °F / 49 °C.

Troisième étape : ajout de yogourt avec des bactéries vivantes. Afin d'inoculer le lait, ajoutez du yogourt avec des cultures vivantes dans un petit bol. Ajoutez progressivement une quantité assez grande de lait chaud pour que le mélange se liquéfie, puis continuez à mélanger jusqu'à ce qu'il devienne lisse. Ensuite versez ce mélange liquéfié dans le grand réipient contenant le lait et mélangez doucement pour répartir de façon uniforme. Versez le lait dans les pots et placez les pots dans la chambre de pousse.



Conseil : pour une bonne circulation de chaleur et la température la plus précise du mélange, placez les pots de telle sorte qu'ils ne soient pas directement au-dessus du centre de la chambre de pousse.

Quatrième étape : le traitement de la culture à 120 °F / 49 °C pendant une heure, ensuite réduction de chaleur à 86 °F / 30 °C. Réglez une minuterie de cuisine pour une heure, puis baissez la température de la chambre de pousse à 86 °F / 30 °C, une fois cette heure écoulée. Il est important de ne pas laisser la température à 120 °F / 49 °C pendant plus d'une heure afin d'éviter la séparation du petit-lait et l'apparition d'une texture grumeleuse qui résulte d'un traitement de la culture à une température trop élevée pendant trop longtemps.

Cinquième étape : réservation du yogourt pour le prochain lot. Après environ trois heures (une heure à 120 °F / 49 °C plus deux heures à 86 °F / 30 °C), enlevez assez de yogourt pour s'en servir en tant que culturelevain pour votre prochain lot de yogourt. Conservez-le dans le réfrigérateur et indiquez dessus « contient lactose ». Il est important d'enlever une partie de yogourt tôt dans le procédé pour que votre culture ait encore assez de « nourriture » (lactose) jusqu'à ce que vous décidiez de faire votre prochain lot.

Conseil : il est pratique d'inclure un petit pot parmi vos grands pots de culture pour que vous puissiez l'enlever tôt. Il servira de culture-levain pour votre prochain lot de yogourt.

Sixième étape : traitement de la culture pendant 19 heures au total. Afin de permettre aux cultures de yogourt de consommer tout le lactose du lait, vous devez le traiter avec une culture pendant au moins 19 heures – une heure à 120 °F / 49 °C et 18 heures à 86 °F / 30 °C. Ceci est le point lors duquel nos tests ont montré que l'acidité arrête d'augmenter ; c'est un signe que tout le lactose disponible a été consommé par la culture. Lorsque le traitement de la culture est terminé, laissez le yogourt refroidir complètement dans le réfrigérateur.

Yogourt sans lactose, au miel et à la vanille

Le traitement de la culture pendant 19 heures (voir la recette précédente) crée un yogourt sans lactose, épais et crémeux, mais assez acidulé. Afin de créer un yogourt à la vanille et au miel, doux et légèrement sucré, commencez par la recette de la page précédente pour préparer un yogourt acidulé qui a été traité avec une culture pendant longtemps. Ajoutez du bicarbonate de soude et laissez reposer pendant quelques minutes, pendant qu'un peu d'acidité est neutralisée. Ensuite incorporez l'extrait de vanille et du miel (ou du sucre), au goût. Le yogourt sera rendu un peu plus liquide après l'avoir mélangé, mais il restera délicieux.

Timing : la préparation – une heure ; le traitement de la culture – 19 heures.

Ingrédients	Unité É.-U.	Unité métrique
Yogourt nature sans lactose	1 tasse	250 ml
Bicarbonate de soude	¼ c. à café	1 g
Extrait de vanille	¼ c. à café	1,25 ml
Miel (ou sucre)	2-3 c. à café ou au goût	10-15 ml

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor sans récipient à eau, thermomètre, bocaux Mason en verre ou autres pots résistants à la chaleur avec une capacité d'un quart / un litre ou moins. Tout ce qui touchera le lait doit être soigneusement nettoyé et sec.

Yogourt sans lactose, de style « crème anglaise »

Pour un yogourt léger et naturellement sucré sans sucre ajouté, vous pouvez suivre notre recette authentique de yogourt de style « crème anglaise » en utilisant du lait sans lactose et du yogourt sans lactose avec des cultures vivantes pour débiter le traitement de la culture. Avec cette recette, vous allez pouvoir créer un yogourt léger et naturellement sucré avec un goût subtil de « sucre cuit ». Le goût plus sucré de ce yogourt est obtenu grâce au lait sans lactose, dans lequel les enzymes de lactase décomposent le lactose en d'autres sucres (glucose et galactose), ceux-ci ont un goût plus sucré que le lactose.

Sur notre site web, vous trouverez d'autres recettes pour la préparation d'un **yogourt au lait de chèvre** et un **yogourt sans produits laitiers**, incluant un **yogourt au soja** et un **yogourt à la noix de coco** :

brodandtaylor.com/yogurt-recipes/

Beurre de culture

Ce beurre de culture frais est divin. Choisissez votre crème préférée et traitez-la avec une culture, légèrement ou intensément, en n'ajoutant que la quantité de sel désirée. La chambre de pousse maintient la bonne température afin que la culture de la crème produise le diacétyle, un composant à saveur délicieuse qui intensifie le goût de beurre.

Rendement : environ 1¼ tasse (300 ml) de beurre et environ deux tasses (500 ml) de babeurre. La recette peut facilement être réduite de moitié ou doublée.

Timing : la crème peut être traitée avec une culture pendant aussi peu que douze heures et aussi longtemps que 48 heures. Il est recommandé de la refroidir pendant une heure avant le barattage. Le barattage, l'égouttage et le rinçage prennent environ 30 minutes.

Ingrédients	Unité É.-U.		Unité Métrique	
Crème épaisse*	2 pintes	32 onces	1 litre	1 000 g
Yogourt nature, babeurre ou crème sure**	3 c. à soupe	1,5 once	50 ml	44 g
Sel (facultatif)	½ c. à café ou au goût		0,4 g ou au goût	

* *De préférence plutôt pasteurisée qu'ultra-pasteurisée ; évitez la crème à fouetter, puisqu'elle contient des additifs problématiques.*

** *Doivent contenir des cultures vivantes.*

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor sans récipient à eau, pot(s) pour la culture, mousseline à beurre ou passoire fine.

Note : lorsque vous utilisez la chambre de pousse pour fabriquer du beurre, assurez-vous qu'il n'y a pas d'eau dans le récipient à eau, car ce dernier n'est pas nécessaire pour la fabrication de beurre. Vous pouvez le retirer de la chambre de pousse, si vous voulez, ou bien le laisser dedans, mais vide ; il ne faut surtout pas ajouter de l'eau, car ceci affectera les réglages de température.

Préparation. Laissez la crème se réchauffer à la température ambiante. Réglez le thermostat de la chambre de pousse à 72 °F / 22 °C.

Mélange de la crème avec des cultures vivantes. Mélangez le yogourt qui contient des cultures vivantes (ou le babeurre ou la crème sure) dans la crème épaisse. Versez ce mélange dans un pot ou un bol couvert et placez-le dans la chambre de pousse pour la mise en culture. Vérifiez le mélange après douze heures – il devrait nettement s'en dégager un arôme de culture ou qui ressemble à celui d'un yogourt, sa texture devrait être plus épaisse qu'au début. Lorsqu'il est prêt, vous pouvez procéder au barattage du mélange ou le laisser en culture plus longtemps afin qu'il développe plus de saveur.

Conseil : si vous allez baratter du beurre dans les pots en les secouant, il est préférable de ne mettre en culture que des pots remplis à moitié de crème.

Refroidissement de la crème de culture (facultatif). Pour un barattage plus facile, la crème peut être refroidie dans le réfrigérateur pendant environ une heure après la fin de sa mise en culture. Si vous utilisez un robot culinaire pour le barattage du beurre, le refroidissement est recommandé afin d'empêcher le beurre de fondre.

Barattage du beurre. Lorsque la crème est traitée avec une culture, elle aura besoin d'agitation pour se séparer en beurre et en babeurre. Elle peut être secouée dans un pot (bien fermé par un couvercle et maximum à moitié plein), fouettée avec un mélangeur ou agitée dans un robot culinaire. Le mélange se transformera d'abord en crème fouettée. Après quelques minutes de plus, vous remarquerez que des particules solides commencent à se former (la crème deviendra gruméleuse). Ensuite, elle aura un peu l'air d'une éponge qui se sépare du liquide. Continuez à secouer, fouetter ou agiter jusqu'à ce que les particules solides se mélangent en une masse plus grosse et complètement séparée du babeurre. Si vous n'êtes pas sûr si le beurre a terminé de se former, continuez un peu plus longtemps.

Égouttage du babeurre. Placez soit une très fine passoire ou n'importe quelle passoire/tamis doublé d'une mousseline à beurre au-dessus d'un bol. Versez le mélange de beurre dans la passoire et laissez le babeurre s'égoutter. Ceci est du « vrai » babeurre et peut être utilisé pour faire cuire des crêpes ou pour préparer des gâteaux (ainsi que pour commencer votre prochain lot de beurre). Si vous utilisez une mousseline à beurre, vous pouvez la prendre par les bords et les presser pour obtenir plus de babeurre.

« Rinçage » du beurre. Enlevez autant de babeurre restant que possible afin que le beurre ne rancisse pas vite. Mettez le beurre égoutté dans un bol et versez environ une tasse d'eau froide dessus. Écrasez le beurre contre le bol avec le dos d'une cuillère pour faire passer l'eau à travers du beurre. Égouttez et répétez jusqu'à ce que l'eau qui ressorte à la surface soit complètement claire (d'habitude, cela prend entre trois et six rinçages). Les rinçages à l'eau froide auront aussi un effet de refroidissement et de raffermissement du beurre ; au rinçage final, il se peut que vous ayez à utiliser vos mains pour malaxer le beurre.

Ajout du sel. Le sel est facultatif. Si vous ajoutez du sel, cela aura non seulement un effet sur la salinité du beurre, mais aussi sur son goût. Plus vous ajoutez de sel, moins le beurre aura la saveur de la culture utilisée. Ajoutez du sel au beurre, au goût, en mélangeant une petite quantité à la fois. Goûtez au fur et à mesure pour éviter d'en ajouter trop et ainsi perdre la saveur de la culture. Si vous en avez ajouté trop, vous pouvez répéter l'étape du rinçage.

Entreposage. Enroulez le beurre dans du papier ciré. Si vous prévoyez l'utiliser assez rapidement, gardez-le bien enveloppé dans le réfrigérateur où il devrait pouvoir être conservé plusieurs semaines. Sinon, il se congèle bien.

Fromage frais fait maison

Le fromage préparé avec cette recette simple a une texture moelleuse et crémeuse qui se tartine facilement ou il peut être émietté.

Rendement : 39 onces (1,1 kg) de fromage, ou environ huit pots ou moules d'une tasse (250 ml).

Timing : il est pratique de commencer cette recette la veille et laisser le lait maturer pendant la nuit dans la chambre de pousse. Égouttez le caillé le lendemain matin et mettez le fromage fini dans des moules ou des pots plus tard le soir. La durée totale est d'environ 24 heures. Si vous utilisez du lait de chèvre pour cette recette, il aura besoin de douze heures de plus pour l'égouttage réfrigéré (la durée totale est alors d'environ 36 heures).

Ingrédients	Unité É.-U.	Unité métrique
Lait entier de haute qualité (de vache ou de chèvre)*	1 gallon	4 litres
Levain mésophile (tel que Flora Danica)	⅛ tsp (un sachet)	⅛ tsp (un sachet)
Présure, à diluer	3 gouttes	3 gouttes
Eau, non chlorée	⅓ tasse	79 ml
Sel, non iodé (sel kasher ou sel à fromage)	1-3 c. à café ou au goût	6-18 g ou au goût

* *Idéalement du lait pasteurisé, plutôt qu'ultra-pasteurisé.*

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor sans récipient à eau, thermomètre à lecture instantanée, mousseline à beurre et grande marmite d'une hauteur maximale de 8 pouces / 20 cm, à fond épais et avec un couvercle. Les moules à fromage sont facultatifs. Tout ce qui touchera le lait et le fromage doit être soigneusement nettoyé.

Note : lorsque vous utilisez la chambre de pousse pour fabriquer du fromage, assurez-vous qu'il n'y a pas d'eau dans le récipient à eau, car ce dernier n'est pas nécessaire pour la fabrication de fromage. Vous pouvez le retirer de la chambre de pousse, si vous voulez, ou bien le laisser dedans, mais vide ; il ne faut surtout pas ajouter de l'eau, car ceci affectera les réglages de température.

Préparation. Préparez la chambre de pousse en mettant la grille en place et en réglant la température à 72 °F / 22 °C. Laissez la chambre de pousse préchauffer. Mesurez l'eau et incorporez-y trois gouttes de présure (la présure diluée ne sera pas utilisée au complet).

Chauffage du lait à 86 °F / 30 °C. Versez le lait dans une grande marmite en acier inoxydable et chauffez-le lentement à 86 °F / 30 °C. Mélangez-le régulièrement pour éviter de le brûler.

Ajout du levain, ensuite de la présure. Lorsque le lait atteint 86 °F / 30 °C, saupoudrez le levain de fromage sur la surface du lait et mélangez bien. Une fois

que le levain est bien incorporé, ajoutez deux cuillères à café d'eau de présure au lait et mélangez. Couvrez la marmite avec le couvercle et mettez-la dans la chambre de pousse. Laissez s'affiner tranquillement à 72 °F / 22 °C pendant douze heures.

Transfert du caillé dans la mousseline. Après douze heures, vérifiez si le lait s'est transformé en un caillé qui ressemble à un yogourt. Si besoin, continuez l'affinage (si vous avez utilisé du lait ultra-pasteurisé, il se peut que le processus de maturation soit plus long). Drapez un morceau carré de mousseline à beurre d'environ 35 pouces (90 cm) par-dessus un bol assez grand pour contenir tout le caillé et rabattez l'excès de mousseline sur les côtés. Versez le caillé à la cuillère dans la mousseline.

Égouttage du fromage. Joignez les coins de la mousseline ensemble vers le haut, formant ainsi un sac, et attachez une corde autour de la partie supérieure. Pour des raisons pratiques, vous pouvez soulever le sac de fromage hors du bol et le transférer dans un autre bol pour qu'il y ait moins de petit-lait au fond. Une fois que le sac est bien attaché, formez un nœud avec l'autre bout de la corde et accrochez le sac dans un endroit sûr avec un bol en dessous pour récupérer le petit-lait. Laissez le fromage s'égoutter pendant six à douze heures.

Si vous fabriquez du fromage au lait de chèvre, vous devez ajouter douze heures supplémentaires à l'étape d'égouttage (24 heures au total). Mettez le sac de mousseline dans la passoire que vous avez mise par-dessus un bol, couvrez-le et réfrigérez pendant douze heures.

Ajout du sel et réfrigération. Lorsque le fromage a fini de s'égoutter, détachez le sac et transférez le fromage dans un bol. Rincez la mousseline (la mousseline à beurre peut être lavée et réutilisée). Ajoutez du sel au fromage et mélangez doucement pour l'incorporer. Versez le fromage à la cuillère dans des moules ou des pots et réfrigérez-les. Les moules à fromage ont des petits trous pour que le fromage puisse s'égoutter, alors mettez-les sur une assiette afin de recueillir les gouttes et enveloppez-les d'un film plastique. Le fromage est maintenant prêt à être dégusté et restera frais dans le réfrigérateur pendant une semaine à dix jours.

Tempérage du chocolat

Le tempérage permet de former une structure cristalline stable à partir du beurre de cacao du chocolat, créant ainsi une texture lisse, brillante et craquante. Tout chocolat est tempéré quand vous l'achetez et c'est la raison pour laquelle il est brillant et craque quand on le casse. Quand on fait fondre du chocolat, il n'est alors plus tempéré, on doit donc le tempérer de nouveau pour restaurer sa brillance et son craquant.

Rendement : équivaut à la quantité sélectionnée pour la recette.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor sans récipient à eau, thermomètre, bols, cuillères et ustensiles, le tout propre et sec.

Note: toutes les surfaces qui seront en contact avec le chocolat doivent être complètement propres et sèches. Pensez à la température et à l'humidité des surfaces que votre chocolat touchera. Par exemple, une cuillère très froide pourrait développer de la condensation quand elle sera déplacée dans un endroit chaud. À cause de cette humidité, votre chocolat pourrait figer et probablement devenir grumeleux et indésirable.

Première étape : fonte du chocolat. Préparez la chambre de pousse en mettant la grille en place et en réglant la température à 115 °F / 46 °C. Le récipient à eau peut être placé en-dessous de la grille, mais assurez-vous qu'il est complètement sec. L'ensemble de la chambre de pousse doit être sec pour empêcher le chocolat de figer.

Placez environ $\frac{3}{4}$ de chocolat dans un bol résistant à la chaleur, mettez l'autre $\frac{1}{4}$ de côté pour l'utiliser en tant que chocolat de « semence ».



Votre chocolat peut être blanc, au lait ou noir, mais ce doit être du « vrai » chocolat, c'est-à-dire qui contient du beurre de cacao et non de l'huile de palme ou d'autres graisses ne provenant pas du chocolat (les Candy Melts® ou certaines marques de chocolat blanc ne devraient pas être utilisés pour le tempérage). Vous n'avez pas besoin de briser le chocolat, mais de petits morceaux fondent plus rapidement. Placez le bol sur la grille dans la chambre de pousse et laissez le chocolat fondre lentement et sûrement. Un quart de livre (113 g) de chocolat sera complètement fondu en 60 minutes ou moins, tandis que de plus grandes quantités peuvent prendre plus de temps.

Deuxième étape : ajustement de la température de la chambre de pousse. Lorsque le chocolat est complètement fondu, retirez-le de la chambre de pousse et abaissez le thermostat à la bonne température de maintien, d'habitude environ 90 °F / 32 °C pour le chocolat noir ou 86 °F / 30 °C pour le chocolat au lait ou le chocolat blanc. Laissez le couvercle brièvement ouvert pour que la chambre de pousse puisse refroidir.

Troisième étape : ensemencement du chocolat. Pendant que la chambre de pousse refroidit, ajoutez dans le bol un morceau (ou des morceaux) de chocolat non fondu que vous avez réservé au début pour fournir des cristaux de semence au chocolat en cours de refroidissement. Mélangez continuellement pendant que le chocolat de semence fond et continuez à mélanger jusqu'à ce que la température du chocolat refroidisse à 91 °F / 33 °C pour le chocolat noir ou à 86 °F / 30 °C pour le chocolat au lait et le chocolat blanc.

Pour vérifier si le chocolat est tempéré, trempez une cuillère dans le chocolat fondu et placez-la dans le réfrigérateur jusqu'à ce que le chocolat devienne ferme. Le chocolat devrait être dur, lisse et sans tâches. Si ce test est un succès, placez le chocolat de nouveau dans la chambre de pousse afin de le garder à la bonne température pour maintenir le degré de tempérage. Si le chocolat est strié, il se peut que le processus de tempérage doive être répété.

Tableau de tempérage du chocolat

Type	Température
Chocolat noir	86-90 °F / 30-32 °C
Chocolat au lait	84-86 °F / 29-30 °C
Chocolat blanc	84-86 °F / 29-30 °C

Température pour maintenir le degré de tempérage tout en mélangeant fréquemment. Ne dépassez pas cette plage de température.

Bases du kéfir d'eau : comment le faire à la maison ?

Rendement : deux quarts / deux litres. La recette peut être réduite de moitié ou multipliée. La chambre de pousse pliante peut contenir jusqu'à huit pots d'un quart ou d'un litre.

Timing : 30 minutes de préparation, deux jours pour la première fermentation, facultatif un à trois jours pour la deuxième fermentation.

Ingrédients	Unité É.-U.	Unité métrique	Onces
Eau	1 tasse	250 ml	8
Sucre*	½ tasse	100 g	3,5
Grains de kéfir d'eau, frais**	4 c. à soupe	11 g	0,15
Eau supplémentaire, non chlorée	6½ tasses	1,7 litre	52

* De préférence un type de sucre moins raffiné, tel que le sucre blond biologique. N'utilisez pas de miel.

** Si les grains de kéfir d'eau sont séchés, ils doivent être réhydratés et activés avant la première utilisation.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, entonnoir en acier inoxydable ou en plastique (pas d'aluminium), passoire fine en acier inoxydable ou en plastique et un ou plusieurs pots Mason résistants à la chaleur, d'une hauteur maximale de 8 pouces / 20 cm. Un thermomètre à lecture instantanée est pratique pour s'assurer que le mélange d'eau a refroidi de façon adéquate.

Préparation. Préparez la chambre de pousse en mettant la grille en place et en réglant la température à 75 °F / 24 °C. Les pots Mason en verre et le thermomètre (le cas échéant) doivent être soigneusement nettoyés et secs. Préparez des filtres à café ou des serviettes propres et des élastiques pour couvrir les pots.

Préparation du mélange d'eau. Combinez tout le sucre avec une tasse / 250 ml d'eau et chauffez, tout en mélangeant, jusqu'à ce que le sucre soit dissous (environ 150 °F / 65 °C). Retirez du feu et laissez refroidir pendant dix minutes.

Transférez l'eau sucrée chaude dans les pots Mason, en la divisant en parties égales si vous utilisez plus qu'un pot. Ajoutez de l'eau supplémentaire non chlorée pour les remplir, tout en laissant un peu d'espace en haut pour éviter les débordements.

Vérification de la température. Avant d'ajouter la culture bactérienne, assurez-vous que la température du mélange d'eau et de sucre est inférieure à 85 °F / 29 °C. Si nécessaire, laissez le mélange refroidir.

Ajout des grains de kéfir d'eau. Ajoutez environ deux cuillères à soupe de grains à chaque quart ou litre d'eau sucrée. Couvrez les pots avec un couvercle, fait d'une matière perméable à l'air, tel qu'un filtre à café ou une serviette propre, fixé avec un élastique. La culture n'a pas besoin d'oxygène, mais un couvercle perméable à l'air évite les fuites et les explosions dans la chambre de pousse et permet aussi de minimiser les niveaux d'alcool produits par la culture.

Fermentation pendant 48 heures. Mettez le(s) pot(s) dans la chambre de pousse pour la fermentation. Pour un contrôle de température le plus précis possible, placez les pots de telle sorte qu'ils ne soient pas directement au-dessus du centre de la chambre de pousse. Laissez la culture fermenter pendant deux jours (48 heures) à 75 °F / 24 °C (pour une saveur plus mature ou une carbonatation plus forte, la température peut être augmentée à 78 °F / 26 °C ou jusqu'à 82 °F / 28 °C).

Lorsque le kéfir d'eau sera prêt, vous verrez quelques bulles à la surface et sentirez une odeur de levure (un peu comme l'odeur d'une pâte à pain). De plus, il devrait avoir un goût doux et légèrement sucré. Même si l'acidité aura augmenté (le taux de pH sera entre 4,3 et 4,5 à ce point), le kéfir d'eau n'aura pas encore un goût très acidulé.

Kéfir d'eau non gazéifié pour les smoothies. La façon la plus facile de terminer votre kéfir d'eau est de le conserver nature et de l'utiliser pour des smoothies. Pas besoin d'arôme, puisque le kéfir d'eau a un goût neutre et légèrement sucré qui se marie bien avec de nombreuses recettes différentes de smoothies. Le kéfir d'eau nature peut aussi être mélangé à des fruits frais ou congelés et congelé dans des moules à glace individuels.

Lorsque la fermentation de deux jours est terminée, mettez un entonnoir non-aluminium et un tamis fin au-dessus d'un pot propre pour la conservation, puis versez le kéfir d'eau fermenté à travers, permettant ainsi aux grains de kéfir de s'accumuler dans le tamis. Scellez les pots avec des couvercles pas trop serrés et réfrigérez. Utilisez les grains restants pour commencer votre prochain lot ou conservez-les selon les instructions indiquées sur ce site web : culturesforhealth.com/take-break-water-kefir

Kéfir d'eau gazéifié de façon naturelle. Le kéfir d'eau se transforme en un délicieux soda probiotique aigre-doux grâce à une seconde fermentation, en bouteille. Nous vous recommandons d'utiliser des bouteilles avec un bouchon mécanique (fermeture à étrier), car elles sont assez fortes pour éviter les explosions et ferment bien pour capturer la carbonatation.

Si vous débutez dans la préparation du kéfir d'eau, pensez à aromatiser vos bouteilles avec une des options suivantes, parfaites pour les débutants :

Jus de fruit sucré. Remplissez chaque bouteille avec du jus jusqu'à environ un quart. Le jus de raisin, de pomme ou d'orange sont toutes de bonnes options. Le jus sera moins sucré et un peu plus acidulé après la fermentation dans la bouteille.

Kéfir d'eau aux agrumes. Ajoutez environ une cuillère à soupe de jus de citron ou de lime par 8 onces / 250 ml ou remplissez les bouteilles avec du jus de pamplemousse jusqu'à environ un quart. Si vous le désirez, ajoutez environ ½ cuillère à café de sucre par 8 onces / 250 ml pour contrebalancer l'acidité du jus d'agrumes et favoriser la carbonatation.

Gingembre. Ajoutez dans chaque bouteille beaucoup de gingembre frais, coupé en tranches minces ou haché. Utilisez des racines de gingembre d'environ un pouce (5-6 g) et mettez les bouteilles de préférence dans le réfrigérateur pendant un ou deux jours après la fermentation, parce que le gingembre prendra un peu de temps pour développer sa saveur.

Après avoir ajouté l'arôme à vos bouteilles, mettez un entonnoir non-aluminium et un tamis audessus d'une bouteille. Avant de verser le kéfir d'eau fermenté dedans, mélangez-le bien avec une cuillère pour répartir les probiotiques de façon uniforme. Puis versez le kéfir d'eau dans les bouteilles, en permettant aux grains de s'accumuler dans le tamis. Laissez un peu d'espace pour de l'air dans la partie supérieure de la bouteille. Utilisez les grains restants pour commencer votre prochain lot ou conservez-les selon les instructions indiquées sur ce site web : culturesforhealth.com/take-break-water-kefir.

Deuxième fermentation en bouteille. Scellez les bouteilles et laissez-les fermenter à température ambiante fraîche (en dessous de 70 °F / 21 °C) pendant deux à trois jours. Vérifiez la carbonatation de l'une des bouteilles après deux jours en goûtant le kéfir d'eau. S'il est bien pétillant, mettez les bouteilles à refroidir. S'il n'est pas encore assez pétillant, laissez les bouteilles fermenter pendant 12 à 24 heures de plus. (Si un environnement frais n'est pas disponible, fermentez les bouteilles pendant une période plus courte, c'est-à-dire pendant un à deux jours, et ouvrez les bouteilles de temps en temps pour éviter les explosions.) Une fois la fermentation en bouteille terminée, mettez le kéfir d'eau à refroidir et servez-le froid.

Comment brasser et embouteiller le kombucha ?

Rendement : un gallon / quatre litres. Cette recette peut facilement être réduite de moitié ou multipliée. La chambre de pousse peut contenir jusqu'à deux gallons de kombucha, pourvu que les récipients ne soient pas plus hauts que 8 pouces / 20 cm.

Timing : le brassage et l'embouteillage prennent environ 30 minutes de temps actif. Le cycle de brassage est d'environ une semaine (sans surveillance).

Ingrédients	Unité É.-U.	Unité métrique	Ounces
Eau	3 tasses	700 ml	24
Sucre	1 tasse	200 g	7
Thé*	6-7 sachets de thé	12-14 g de thé en vrac	0,5 onces de thé en vrac
Kombucha fermenté**	2 tasses	500 ml	16
Eau supplémentaire, non-chlorée	10-11 tasses	2,5-2,75 l	80-88
Scoby, frais***	1	1	1

* *Le thé peut être noir, oolong, vert, blanc ou décaféiné, ou un mélange de ces variétés. Les tisanes ne devraient pas être utilisées, car elles ne fournissent pas de nutriments adéquats pour la culture.*

** *Le kombucha mature, non aromatisé, d'habitude réservé du lot précédent.*

*** *La clé de la préparation du kombucha à la maison est d'obtenir le scoby, le disque de cellulose qui contient la culture. Un nouveau scoby se forme avec chaque lot de kombucha, donc un/une ami(e) qui prépare le kombucha peut être une bonne source de scoby. Sinon, vous pouvez commencer en suivant notre excellente méthode qui vous apprendra comment faire pousser un scoby à partir d'une bouteille de kombucha achetée en magasin. Voir le site web : brodandtaylor.com/kombucha-scoby/*

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, pot de brassage d'un gallon, non métallique et d'une hauteur maximale de 8 pouces / 20 cm, tissu tissé serré ou couvercle en papier et élastique. Un thermomètre à lecture instantanée peut être pratique pour s'assurer que le thé a refroidi de façon adéquate. Un pot en verre qui est largement disponible et qui fonctionne bien dans la chambre de pousse est le pot d'un gallon / quatre litres Heritage Hill d'Anchor Hocking (sans couvercle).

Préparation de la chambre de pousse. Préparez la chambre de pousse en mettant la grille en place et en réglant la température à 75 °F / 24 °C. Choisissez un endroit où votre chambre de pousse sera loin de la lumière solaire directe, car cette dernière peut réduire les nutriments. Pour que le scoby se forme dans les meilleures conditions, placez la chambre de pousse dans un endroit où elle ne devra pas être déplacée afin que le pot et le scoby demeurent immobiles.

Préparation du concentré de thé. Amenez trois tasses / 700 ml d'eau à ébullition. Retirez du feu, ajoutez tout le sucre et mélangez pour dissoudre. Ajoutez du thé noir ou oolong et brassez pendant 20 minutes. Si vous utilisez du thé vert ou blanc, brassez pendant seulement quatre minutes, sinon le kombucha sera amer. Enlevez le thé à la fin du brassage.

Refroidissement du concentré de thé. Lorsque le brassage est terminé, laissez le concentré de thé refroidir pendant au moins dix minutes.

Conseil : souvent, ça fonctionne bien d'embouteiller votre lot précédent de kombucha pendant que le concentré est en train de brasser et de refroidir.

Remplissage du pot de brassage. Ajoutez dans le pot de brassage les deux tasses de kombucha (réservées du lot précédent) et au moins la moitié du reste d'eau. Versez lentement le concentré de thé (il est préférable d'ajouter le concentré chaud une fois le pot déjà partiellement rempli, ceci aidera à protéger le pot en verre de brusques changements de température). Remplissez le pot avec autant d'eau que nécessaire pour amener le niveau jusqu'à deux pouces / six cm en dessous du rebord du pot.

Conseil : laissez un peu d'espace pour l'air sur le haut de votre pot de brassage, car du dioxyde de carbone peut se former sous le scoby et l'amener à bomber vers le haut. Si le récipient est trop plein, le scoby fera déborder le kombucha lorsqu'il lèvera.

Vérification de la température. Avant de transférer votre scoby au nouveau lot de kombucha, vérifiez que la température est au-dessous de 85 °F / 29 °C. Si nécessaire, laissez refroidir encore un peu.

Ajout du scoby. Lorsque le mélange dans le pot de brassage a refroidi, placez le scoby dans le pot. Couvrez avec un linge propre, un linge à vaisselle ou un filtre à café de taille commerciale et attachez au bord du pot avec un élastique.

Fermentation pendant sept à dix jours. Placez le kombucha couvert sur la grille de la chambre de pousse et fermez le couvercle. Laissez fermenter pendant sept jours. Vérifiez de temps en temps pour voir si le scoby se soulève du pot et pour laisser de l'air frais entrer.

Après sept jours, goûtez le kombucha en glissant une paille propre entre le scoby et le côté du pot de brassage (il se peut que vous deviez doucement casser la couche formée par le scoby). Poussez la paille quelques pouces vers le bas (cinq cm) dans le kombucha, scellez le haut avec votre doigt et retirez la paille du récipient. Goûtez le kombucha dans la paille et décidez s'il y a un bon équilibre de sucré et d'aigre ou bien s'il y a besoin de plus de temps de fermentation (c'est-à-dire s'il est soit trop sucré et/ou pas assez acidulé).

Si vous envisagez de laisser le kombucha fermenter dans les bouteilles, il devrait être légèrement plus sucré que ce que vous voudriez boire d'habitude, parce que la culture consommera plus de sucre pendant la fermentation en bouteille.

Embouteillage et aromatisation du kombucha. Le kombucha développe des arômes parfaitement mélangés et une magnifique carbonatation naturelle grâce à une seconde fermentation en bouteille. Pour une carbonatation maximale, nous recommandons des bouteilles avec un bouchon mécanique (fermeture à étrier), car elles sont assez fortes pour éviter les explosions et fermentent bien pour capturer la carbonatation naturelle. Toutefois, si vous ne cherchez qu'un peu de carbonatation, les bouteilles commerciales dans lesquelles le kombucha est vendu, fonctionnent bien. Elles sont généralement peu scellées, ce qui ne peut produire qu'un léger pétilllement.

Versez le kombucha dans les bouteilles à travers une fine passoire en acier inoxydable. Une fois le kombucha embouteillé, la bouteille doit être scellée. Ensuite, laissez le kombucha fermenter à une température ambiante fraîche pendant deux jours. Souvenez-vous que la lumière peut réduire les nutriments. Après cela, il doit être conservé dans le réfrigérateur. Si votre environnement est assez frais, ça prendra peut-être trois jours pour développer une carbonatation agréable, tandis que dans des pièces plus chaudes, ça pourrait ne nécessiter qu'un jour.

Saveurs moins sucrées. Ces saveurs bénéficient souvent d'un peu de sucre résiduel supplémentaire à la fin de la première fermentation, ce qui fait que la culture a encore assez de sucre à consommer lors de la seconde fermentation, en bouteille.

Kombucha classique. Le kombucha a déjà beaucoup de saveur par lui-même et peut être embouteillé sans ajout de saveurs supplémentaires. Cette option est particulièrement intéressante si vous avez investi dans du thé de première qualité ou si vous apprenez l'art de mélanger les thés.

Gingembre. Le gingembre est l'une des saveurs les plus faciles et les plus communes du kombucha. Ajoutez beaucoup de gingembre frais, tranché finement ou haché, dans les bouteilles et remplissez avec le kombucha brassé.

Citron ou lime. Le jus de citron ou de lime fraîchement pressé, sans ou avec un peu de zeste, donne une saveur particulièrement rafraîchissante. Utilisez une ou deux cuillères à soupe de jus par pinte / 500 ml et gardez la quantité de zeste modeste (trop pourrait empêcher la croissance de la culture).

Cerise acide. Pour le jus pur de cerise acide, sans édulcorant ajouté, ajoutez quatre à six cuillères à soupe par pinte / 500 ml.

Thé vert au gingembre et à la lime. Pour six pintes / trois litres de kombucha, ajoutez le jus d'une ou deux limes, une à trois cuillères à café de sucre et des tranches fines de gingembre frais (deux tranches de gingembre par pinte / 500 ml fonctionnent bien).

Saveurs de jus de fruit plus sucrées. Pour des saveurs à base de jus sucré, le kombucha peut être brassé un peu plus longtemps (un à deux jours) que pour les saveurs ci-dessus, ou au goût.

Mangue. L'acidité du kombucha contrebalance le goût sucré exotique du jus de mangue de façon splendide. Utilisez environ quatre ou cinq cuillères à soupe par pinte / 500 ml, ou au goût.

Abricot. Le nectar d'abricot se marie bien avec le kombucha. Utilisez cinq ou six cuillères à soupe par pinte / 500 ml, ou au goût.

Pêche. Le nectar de pêche moelleux doit être utilisé en plus grande quantité pour que sa saveur puisse se manifester. Utilisez sept ou huit cuillères à soupe par pinte / 500 ml.

Raisins Concord. Le kombucha apporte un délicieux équilibre d'acidité à ce jus. Utilisez environ quatre cuillères à soupe par pinte / 500 ml.

Comment préparer le tempeh ?

Rendement : donne deux pains, environ 14 onces chacun.

Timing : douze heures pour faire tremper les graines de soja, 45 à 60 minutes pour les décortiquer et les séparer, 30 à 45 minutes pour la cuisson et 24 à 48 heures dans la chambre de pousse.

Ingrédients	Unité É.-U.	Unité métrique	Onces
Graines de soja, entières et séchées	2 tasses	400 ml	14
Vinaigre, blanc et distillé	2 c. à soupe	30 g	1
Levure de tempeh*	1 c. à café	3,4 g	0,12

* La levure de tempeh, aussi appelée levure de tempeh en poudre ou culture de tempeh, est un mélange séché de spores de *Rhizopus vivantes* avec un substrat qui peut être soit des graines de soja, soit du riz.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, grand bol, passoire, pot de quatre quarts/litres, deux sacs transparents en plastique d'un quart / litre et brochette.



Trempeage des graines de soja. Placez les graines de soja rincées dans un grand bol et recouvrez-les avec assez d'eau pour submerger toutes les graines de soja. Faites tremper les graines de soja au cours de la nuit, pour une durée de douze heures. Les graines de soja peuvent tripler en taille.

Décortiquage et séparation des graines de soja. La pellicule des graines doit être enlevée pour que les spores puissent inoculer les graines de soja. Utilisez vos mains pour frotter doucement ensemble les graines de soja. Remuez l'eau et égouttez dans une passoire dans l'évier. Remplissez à nouveau le bol. Les pellicules commenceront à flotter à la surface de l'eau. Répétez le processus jusqu'à ce que la majorité des graines de soja soient scindées et sans pellicule.

Cuisson des graines de soja. Laissez les graines de soja mijoter, partiellement couvertes, pendant 30 à 45 minutes jusqu'à ce qu'elles soient tendres.

Séchage et refroidissement des graines de soja cuites. Laissez l'eau de cuisson s'égoutter. Séchez les graines de soja en les tapotant avec un linge

propre et laissez-les refroidir à une température inférieure à la température corporelle.

Note : garder le tempeh trop humide pendant le processus de culture est la raison la plus commune de détérioration, alors assurez-vous que les graines de soja sont bien sèches au toucher avant de continuer.

Ajout du vinaigre. Mettez les graines de soja dans un grand bol propre. Ajoutez du vinaigre et mélangez bien. L'acide du vinaigre aide à éviter le développement de bactéries indésirables.

Ajout de la levure de tempeh. Saupoudrez la levure de tempeh sur les graines de soja et mélangez bien afin de distribuer la levure de tempeh de façon uniforme, partout sur les graines de soja.



Emballage des graines de soja dans les sacs transparents en plastique. Les sacs transparents doivent avoir une épaisseur d'entre 1 et 1,5 pouce.

Piquage de trous dans les sacs. En utilisant la brochette, percez des trous dans les sacs à un intervalle d'un pouce, afin de permettre une ventilation. Ceci permettra à la masse de respirer.

Culture des graines de soja à 88 °F / 31 °C pendant 24 à 48 heures. Placez les sacs dans la chambre de pousse. Après 24 heures, des spores blanches commenceront à recouvrir la surface des graines de soja et continueront à pousser.

Vérification après douze heures. À cause de la fermentation, les graines de soja généreront leur propre chaleur et vous allez peut-être devoir abaisser la température de la chambre de pousse après douze heures. Pour être sûr, utilisez un thermomètre pour vérifier la température réelle du tempeh.

Arrêt de la fermentation. Après 24 à 48 heures, lorsque les graines de soja sont devenues une masse ferme et compacte grâce au mycélium blanc, le tempeh est prêt. Il devrait s'en dégager une odeur de noix et de champignons. Il se peut qu'il y ait des points noirs ou gris à côté des trous de ventilation, mais cela n'a rien d'inquiétant.

Cuisson lente



MODE DE LA MIJOTEUSE

N'UTILISEZ NI LA GRILLE, NI LE RÉCIPIENT À EAU



Meilleur pour :

Cuisson lente traditionnelle
Ail noir

Cuisson sous vide

Placez les récipients
DIRECTEMENT SUR la plaque
chauffante.

- Plage de température
85-195 °F / 30-90 °C.
- Pour de meilleurs résultats,
utilisez une chaudière
hollandaise à fond épais ou une
casserole avec un couvercle
hermétique.

Plage de température 85-195 °F / 30-90 °C

- Utilisez des récipients couverts.
La température de consigne est
pour la température des aliments
à l'intérieur de la mijoteuse et
non pas la température de l'air à
l'intérieur.



Sécurité alimentaire

Lors d'une cuisson lente, la température des aliments devrait atteindre 140 °F / 60 °C en moins de deux heures. Pour cette raison, la viande congelée ne devrait jamais être placée directement dans une casserole pour une cuisson lente.

Pour obtenir de meilleurs résultats et une sécurité alimentaire accrue, nous vous recommandons de préchauffer la casserole et de saisir la viande décongelée.

Préchauffage

Pour beaucoup de recettes, vous avez besoin de faire sauter les oignons, l'ail ou d'autres aliments ainsi que de saisir la viande avant de les faire cuire lentement pour une saveur optimale. Si vous utilisez la mijoteuse, tout ceci peut être effectué dans une seule et même casserole. Après avoir saisi la viande, mettez la casserole chaude DIRECTEMENT sur la plaque chauffante (sans grille) de la mijoteuse préchauffée. Mettez toujours le couvercle sur la casserole et fermez aussi le couvercle de la mijoteuse. N'enlevez ni le couvercle de la casserole ni celui de la mijoteuse pendant les deux premières heures. La viande ne devrait pas toucher le couvercle de la casserole.

Lignes directrices générales et conseils

Mode de la mijoteuse. En mode de la mijoteuse, la température peut être réglée à 85-195 °F / 30-90 °C par paliers de cinq degrés. Pour les recettes à cuisson lente qui recommandent un réglage sur « bas » sur une mijoteuse traditionnelle, réglez la température au maximum, soit 195 °F / 90 °C. Lors d'une cuisson lente, gardez le couvercle sur la casserole en tout temps.

Cet appareil est calibré pour conserver le contenu du récipient à la température de consigne. La température réelle pourrait différer de la température de consigne de cinq degrés ; cela dépendra du type de récipient et de couvercle utilisés (en fonte, acier inoxydable, métal ou verre). Cependant, les résultats de chaque récipient particulier seront reproductibles.

Préchauffage. Pour beaucoup de recettes, vous avez besoin de faire sauter les oignons, l'ail ou d'autres aliments ainsi que de saisir la viande avant de les faire cuire lentement pour une saveur optimale. Si vous utilisez la mijoteuse, tout ceci peut être effectué dans une seule et même casserole. Après avoir saisi la viande, mettez la casserole chaude **DIRECTEMENT** sur la plaque chauffante (sans grille) de la mijoteuse préchauffée. Mettez toujours le couvercle sur la casserole et fermez aussi le couvercle de la mijoteuse. N'enlevez ni le couvercle de la casserole ni celui de la mijoteuse pendant les deux premières heures. La viande ne devrait pas toucher le couvercle de la casserole.

Autres utilisations. D'autres méthodes à cuisson lente, telles que le rôtissage lent de l'ail noir ou la cuisson sous vide, peuvent être effectuées à des températures plus basses. Nous vous recommandons de vérifier la température à l'intérieur de la casserole ou celle du bain-marie, à intervalles réguliers, afin de vous assurer que la température est adéquate. Lors d'une cuisson lente, gardez toujours le couvercle sur la casserole.

Rôti de palette au vin rouge, préparé à cuisson lente

La recette pour ce délicieux plat tout-en-un est étonnamment facile à faire. En seulement 20 minutes, vous pouvez préparer le rôti qui sera prêt à savourer quelques heures plus tard.

Rendement : environ six à huit portions.

Timing : 20 minutes de préparation, marinade pendant la nuit et huit à dix heures dans la mijoteuse.

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Rôti de palette de bœuf	3½ lb	1580	56
Poivre noir, fraîchement moulu	½ c. à café	1,5	0,05
Sel	½ c. à café	4	0,15
Feuilles de laurier	2	0,4	0,02
Romarin, branches fraîches	3	9	0,32
Oignons	2	140	5
Vin rouge, de type généreux	3 tasses	675	24
Carottes, grosses, en rondelles épaisses	4	500	18
Céleri, branches, en rondelles épaisses	4	50	1,8
Beurre	2 c. à soupe	30	1
Huile d'olive	2 c. à soupe	28	1
Gousses d'ail, tranchées finement	2	10	0,4

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor, un grand bol avec couvercle ou un sac en plastique pour faire mariner le rôti pendant la nuit ainsi qu'une casserole en métal de six pintes/litres avec couvercle et petites poignées et d'une hauteur de moins de 8 pouces / 20 cm incluant le couvercle. La hauteur totale de moins de 8 pouces / 20 cm permettra à la casserole d'être placée au centre de la mijoteuse pendant la cuisson lente.

Note : le modèle original de la mijoteuse pliante (FP-101) peut également être utilisé. Réglez la mijoteuse à 120 °F / 49 °C et placez la casserole en métal directement sur la plaque de base de la mijoteuse. Suivez la recette et vérifiez la température interne du rôti après six heures. La température interne de la viande doit être d'au moins 190-200 °F / 88-93 °C pour un rôti tendre.

Rôti de palette. Saupoudrez le rôti légèrement avec du sel et du poivre, sur tous les côtés. Placez le rôti de palette ainsi que les oignons, les feuilles de laurier et le romarin dans un grand sac en plastique ou dans un grand bol. Versez le vin sur le rôti, couvrez-le et laissez-le mariner toute la nuit.

Préparation. Retirez le récipient à eau et la grille de la mijoteuse. Sélectionnez le mode de la mijoteuse et réglez la température à 195 °F / 90 °C.

Légumes. Une fois le rôti mariné, coupez les carottes, le céleri et l'ail. Mettez du beurre et de l'huile dans la casserole avec quelques légumes tranchés. Placez le rôti par-dessus avec toute la marinade et ajoutez le reste des légumes.



Cuisson lente avec le couvercle fermé. Couvrez la casserole et placez-la délicatement au centre de la mijoteuse, ensuite fermez le couvercle de la mijoteuse et laissez le rôti cuire pendant huit à dix heures. Après six heures, vérifiez la température intérieure du rôti avec le thermomètre et puis retournez le rôti. Nous vous recommandons une température de 190-200 °F / 88-93 °C pour un rôti tendre et juteux.

Note : placez la casserole délicatement au centre de la base de la mijoteuse et évitez de la faire glisser afin de ne pas égratigner la surface en aluminium sur la base de la mijoteuse. Les égratignures n'endommageront pas le fonctionnement de la mijoteuse, mais son apparence. Mettez une feuille de papier d'aluminium sur la plaque de base de la mijoteuse et vous la protégerez aussi de tout débordement.

Comment le servir ? Enlevez les feuilles de laurier et les branches de romarin. Mélangez une partie du céleri, des carottes et des oignons avec une partie du jus jusqu'à ce que vous obteniez une purée homogène. À la cuillère, mettez un peu de sauce en purée sur chaque assiette de service et placez une tranche de rôti par-dessus.

Porc effiloché, préparé à cuisson lente

Vous allez adorer cette recette de porc effiloché, un délicieux plat tout-en-un qui est très facile à faire. Une fois préparé, le porc juteux et tendre est parfait pour des sandwichs ou des tacos. Essayez notre brioche sans pétrissage avec du porc effiloché.

Rendement : environ six à huit portions.

Timing : 15 minutes de préparation et dix à onze heures dans la mijoteuse. Si possible, tournez le soc de porc à mi-cuisson.

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Soc de porc (ou épaule de porc)	3-3½ lb	1360-1580	56
Paprika fumé	3 c. à soupe	36	1,3
Sel	1 c. à soupe	24	0,6
Poivre noir	2 c. à café	6	0,2
Poivre de Cayenne	¼ c. à café	0,5	0,02
Cassonade	1 c. à café	5	0,2
Cumin moulu (facultatif)	¾ c. à café	1,2	0,04
Miel	½ tasse	170	6
Vinaigre de vin rouge	¼ tasse	56	2
Huile d'olive	¼ tasse	56	2
Gousses d'ail, tranchées finement	3	15	0,5
Oignon, gros	1	340	12

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor ainsi qu'une casserole en métal de six pintes/litres avec couvercle et petites poignées et d'une hauteur de moins de 8 pouces / 20 cm incluant le couvercle. La hauteur totale de moins de 8 pouces / 20 cm permettra à la casserole d'être placée au centre de la mijoteuse pendant la cuisson lente.

Note : le modèle original de la mijoteuse pliante (FP-101) peut également être utilisé. Réglez la mijoteuse à 120 °F / 49 °C et placez la casserole en métal directement sur la plaque de base de la mijoteuse. Suivez la recette et vérifiez la température interne du porc après six heures. La température interne de la viande doit être d'au moins 195 °F / 90 °C pour un porc tendre.

Préparation. Retirez le récipient à eau et la grille de la mijoteuse. Sélectionnez le mode de la mijoteuse et réglez la température à 195 °F / 90 °C.

Mélange des épices et du miel. Mélangez le paprika fumé, le sel, le poivre noir, le poivre de Cayenne, le cumin et la cassonade dans un petit bol. Ensuite ajoutez aux épices le miel, le vinaigre de vin rouge et l'huile d'olive.

Mélangez jusqu'à consistance homogène. Ajoutez les tranches d'ail en les incorporant délicatement, juste assez pour les enrober.

Préparation de la casserole. Coupez l'oignon en tranches épaisses et mettez-les au fond de votre casserole. Coupez le soc de porc en deux et placez chaque morceau sur les tranches d'oignon. Étalez le mélange d'épices et miel sur les morceaux de porc et posez le couvercle sur la casserole.



Cuisson lente avec le couvercle fermé. Couvrez la casserole et placez-la délicatement au centre de la plaque chauffante en aluminium de la mijoteuse, ensuite fermez le couvercle de la mijoteuse et laissez le porc cuire pendant dix à onze heures. A mi-cuisson, vous pouvez retourner les morceaux de porc. Après dix heures, vérifiez la température intérieure de la viande avec le thermomètre. Nous vous recommandons une température de 190-200 °F / 88-93 °C pour un porc tendre et juteux qui peut être facilement effiloché.

Note : placez la casserole délicatement au centre de la base de la mijoteuse et évitez de la faire glisser afin de ne pas égratigner la surface en aluminium sur la base de la mijoteuse. Les égratignures n'endommageront pas le fonctionnement de la mijoteuse, mais son apparence. Mettez une feuille de papier d'aluminium sur la plaque de base de la mijoteuse et vous la protégerez aussi de tout débordement.

Ail noir : comment le faire à la maison ?

L'ail noir a une texture molle et légèrement collante ainsi qu'une saveur très sucrée et très riche ; il est donc bien différent de l'ail classique frais. La mijoteuse fournit un environnement idéal pour rôtissage lent de l'ail noir.

Ingrédients : bulbes d'ail.

Timing : 15 minutes de préparation et trois à quatre semaines dans la mijoteuse.

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor ainsi qu'une casserole en métal avec un couvercle bien ajusté.

Déterminez le nombre de bulbes que vous allez pouvoir mettre dans votre casserole en métal. La casserole doit avoir son couvercle original ou un autre qui est bien ajusté. La mijoteuse pourra facilement contenir une casserole de six pintes/litres. En vieillissant dans la mijoteuse, l'ail diffuse un arôme notable. Une solution pour réduire l'odeur d'ail est d'envelopper soigneusement la casserole incluant son couvercle dans du papier d'aluminium épais avant de la placer dans la mijoteuse. Assurez-vous que le fond de la casserole soit entièrement en contact avec la plaque chauffante en aluminium de la mijoteuse.

Préparation des bulbes d'ail. Si nécessaire, coupez toutes les longues racines du bulbe. Si la tige au-dessus du bulbe est longue, coupez à environ ½ pouce / 1¼ cm. Si la fine pellicule extérieure du bulbe est recouverte de terre ou de saleté, retirez juste assez de pellicule pour exposer une partie propre.

Note : il est difficile de nettoyer les bulbes d'ail après avoir fait l'ail noir, parce que chaque gousse à l'intérieur deviendra très molle et pourra facilement s'écraser, si manipulée. L'ail acheté dans la plupart des épiceries est prêt à être enveloppé dans du papier d'aluminium. Pour de meilleurs résultats, choisissez des bulbes frais et fermes.

Enveloppement dans du papier d'aluminium. Enrobez chaque bulbe dans une grande feuille de papier d'aluminium. Appuyez fermement sur le bulbe enrobé de la feuille d'aluminium pour vous assurer qu'il est complètement enveloppé et sans parties exposées. S'il y a une déchirure dans la feuille, utilisez un autre morceau pour couvrir la déchirure. Ceci empêchera le bulbe de sécher et lui permettra de conserver son humidité naturelle.

Transfert dans la casserole. Placez tous les bulbes enrobés de papier d'aluminium dans la casserole et placez le couvercle dessus.

Préparation de la mijoteuse. Placez la mijoteuse sur une surface qui pourra tolérer une température d'environ 140 °F / 60 °C. Les surfaces de bois naturel telles qu'un bloc de boucher peuvent se dilater et se contracter lors de fluctuations de chaleur. Les comptoirs en marbre, granit, céramique, béton ou en composite en plastique (ex. Formica) fonctionnent bien. Retirez le bac à eau et la grille du fond de la mijoteuse. Placez la casserole, avec son couvercle, contenant les bulbes directement au centre de v et sur la surface en métal sur la base de la mijoteuse. Fermez le couvercle de la mijoteuse. Sélectionnez le mode de mijoteuse sans utiliser de grille ou de récipient à eau. Réglez la mijoteuse à 140 °F / 60 °C et laissez-la comme ça pendant trois à quatre semaines.

Vérification de l'ail. Après trois semaines, retirez un bulbe de la casserole et ôtez doucement le papier d'aluminium. En utilisant un petit couteau, séparez une gousse et pelez-la pour voir l'intérieur. L'ail devrait avoir une couleur brun très foncé ou noir. Si le bulbe n'est pas assez foncé, remplacez-le de nouveau dans la casserole et laissez-le dans la mijoteuse pendant environ une semaine de plus.

Conservation. Pour conserver l'ail noir, les bulbes peuvent être séparés en gousses individuelles, laissées dans leur peau, enveloppées dans des sacs en plastique hermétiquement fermés et conservées dans le congélateur pendant au moins un an.

L'ail noir a une texture molle et légèrement collante ainsi qu'une saveur très sucrée et très riche ; il est donc bien différent de l'ail classique frais. Il peut être consommé avec de l'agneau, du bœuf, de la volaille, des fruits de mer, des pizzas, des pâtes, des risottos, de l'aïoli, des œufs et même dans des desserts.



Ail noir et saumon glacé à l'orange

Assaisonnez le saumon de sel et de poivre, au goût. Chauffez l'huile d'olive dans une poêle, ajoutez le reste des ingrédients à la poêle, sauf le ghee et le saumon et faites cuire jusqu'à ce que le mélange soit légèrement épaissi. Retirez le romarin et ajoutez le ghee en fouettant. Faites cuire le saumon au four pendant environ 10 à 15 minutes à 350 ° F / 175 ° C. Versez ensuite le glacis sur le saumon avant de le servir.

Poulet balsamique, préparé à cuisson lente

Ce plat tout-en-un de poulet balsamique est facile à préparer et met en évidence les avantages et la simplicité du transfert d'une casserole de la cuisinière à la mijoteuse. Commencez cette recette appétissante dans une casserole ou une chaudière hollandaise et transférez-la ensuite directement dans la mijoteuse. Les cuisses de poulet désossées restent juteuses et tendres, tout en s'imprégnant longuement de riches saveurs. Servez-les avec des pommes de terre rôties ou mettez-en une cuillère sur du riz ou de la polenta. Essayez notre recette de brioche sans pétrissage et faites des petits pains ronds pour des hamburgers délicieux.

Rendement : environ six à huit portions.

Timing : 15 à 25 minutes de préparation ; deux à trois heures de cuisson lente.

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Cuisses de poulet, désossées et sans peau	10-12	1580	64
Huile d'olive extra vierge	1 c. à soupe	16	0,5
Oignon, moyen, coupé en dés	1	340	12
Thym, frais*	5 c. à café	4	0,14
Pâte de tomate	1 c. à soupe	15	0,5
Gousses d'ail, hachées	3	15	0,5
Flocons de piment rouge	¼ c. à café	0,4	0,02
Farine, tout usage	3 c. à soupe	45	1,6
Vinaigre balsamique	½ tasse	112	4
Tomates en dés, en conserve*	1	408	14,5
Bouillon de poulet, faible en sodium	½ tasse	112	4
Vin rouge sec	¼ tasse	56	2
Feuilles de laurier	2	4	0,14
Sel kasher	¾ c. à café	3,6	0,1
Poivre noir moulu	½ c. à café	1,5	0,05
Bette à cardo, sans tiges et avec feuilles tranchées à environ 1 7/8 cm de largeur*	1 botte	170	6

* *Substitutions* :

Thym frais = thym séché, 1 à ½ c. à café (4 g)
Tomates en conserve = 2 tomates fraîches, moyennes, coupées en dés
Bette à cardo = épinards frais, au goût

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante** de Brød & Taylor ainsi qu'une casserole en métal de quatre à six pintes/litres avec couvercle et petites poignées et d'une hauteur de moins de 8 pouces / 20 cm.

Note : Le modèle original de la mijoteuse pliante (FP-101) peut également être utilisé. Réglez alors la mijoteuse à 120 °F / 49 °C et placez la casserole directement sur la plaque de base de la mijoteuse. Suivez la recette et vérifiez la température interne du poulet après deux heures. La température interne du poulet désossé doit être d'au moins 165 °F / 74 °C (poulet non désossé 180 °F / 82 °C). Une fois que le poulet est entièrement cuit, réduisez la température de la mijoteuse à 110 °F / 43 °C pour garder le plat chaud.

Préparation de la mijoteuse. Retirez le récipient à eau et la grille de la mijoteuse. Sélectionnez le mode de la mijoteuse et réglez la température à 195 °F / 90 °C.

Préparation de la casserole. Chauffez l'huile dans la casserole, à feu moyen sur la cuisinière jusqu'à ce qu'elle brille. Réduisez le feu et ajoutez l'oignon, le thym, la pâte de tomate, l'ail et les flocons de piment rouge. Faites cuire jusqu'à ce que l'oignon soit ramolli et commence tout juste à dorer, pendant environ 8 minutes. Incorporez la farine, mélangez et faites cuire pendant une minute. Ajoutez le vinaigre balsamique, en fouettant doucement, et grattez les petits morceaux dorés accumulés au fond de la casserole. Faites cuire pendant encore deux à trois minutes. Ajoutez les tomates en dés, le bouillon de poulet, le vin rouge et les feuilles de laurier et ensuite mélangez bien.

Ajout du poulet. Assaisonnez légèrement le poulet avec du sel et du poivre. Submergez chaque morceau dans les ingrédients préparés dans la casserole.

Cuisson lente avec le couvercle fermé. Couvrez la casserole et placez-la directement sur le centre de la plaque chauffante en aluminium dans la mijoteuse. Fermez la mijoteuse et laissez cuire le poulet pendant deux à trois heures. La température interne du poulet désossé doit être d'au moins 165 °F / 74 °C (poulet non désossé 180 °F / 82 °C). Si vous désirez conserver le plat au chaud après trois heures, réduisez la température de la mijoteuse à 165 °F / 74 °C.

Ajout de la bette à carde. Ajoutez doucement la bette à carde environ 20 à 30 minutes avant de servir le plat.

Note : placez la casserole délicatement au centre de la base de la mijoteuse et évitez de la faire glisser afin de ne pas égratigner la surface en aluminium sur la base de la mijoteuse. Les égratignures n'endommageront pas le fonctionnement de la mijoteuse, mais son apparence. Mettez une feuille de papier d'aluminium sur la plaque de base de la mijoteuse et vous la protégerez aussi de tout débordement.

Porc al Pastor, préparé à cuisson lente

Cette recette simple d'un plat tout-en-un vous fera savourer du porc délicieusement mariné dans le jus sucré d'un ananas frais. Préparez tous les ingrédients en seulement 15 à 20 minutes et le plat sera prêt à savourer quelques heures plus tard. Le porc juteux et tendre est parfait pour des sandwichs ou des tacos.

Rendement : environ six à huit portions.

Timing : 15 à 20 minutes de préparation ; huit à dix heures dans la mijoteuse. Si c'est possible, retournez les morceaux d'épaule de porc à mi-cuisson afin de permettre aux saveurs d'imprégner les deux côtés de la viande.

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Épaule de porc, coupée en deux	3-4 lb	1360-1815	48-64
Flocons d'échalotes, séchés	1 c. à soupe	6	0,2
Sel kasher	2½ c. à café	7	0,24
Origan, séché	2 c. à café	1,2	0,13
Coriandre, moulue	1 c. à café	2	0,02
Graines de cumin	1 c. à café	2	0,03
Poudre de chipotle, au goût	½-1 c. à café	4	0,09
Ananas entier	1	900	32
Gousses d'ail, tranchées	2	12	0,4
Piment de Guajillo ou du Nouveau-Mexique, épépiné et coupé en longues lanières	1	5,6	0,2
Oignon jaune, moyen, tranché	1	227	8
Vinaigre de cidre de pomme	¼ tasse	56	2
Pour servir en tacos			
Tortillas de maïs	12	238	8,4
Feuilles de coriandre, hachées	1 tasse	16	0,56
Limes entières, coupées en quartiers	2	200	7

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor ainsi qu'une casserole en métal de 8 pintes/litres avec couvercle et petites poignées et d'une hauteur de moins de 8 pouces / 20 cm. La hauteur totale de moins de 8 pouces / 20 cm permettra à la casserole d'être placée au centre de la mijoteuse pendant la cuisson lente.

Note : le modèle original de la mijoteuse pliante (FP-101) peut également être utilisé. Réglez la mijoteuse à 120 °F / 49 °C et placez la casserole en métal directement sur la plaque de base de la mijoteuse. Suivez la recette et vérifiez la température interne du porc après six heures. La température interne de la viande doit être d'au moins 195 °F / 90 °C pour un porc tendre.

Préparation de la mijoteuse. Retirez le récipient à eau et la grille de la mijoteuse. Sélectionnez le mode de la mijoteuse et réglez la température à 195 °F / 90 °C.

Mélange des épices avec le porc. Mélangez les six premiers ingrédients dans un petit bol. Placez les deux morceaux d'épaule de porc dans la casserole avec le côté gras vers le bas et saupoudrez le mélange d'épices de façon uniforme sur la viande.

Préparation de l'ananas. Placez l'ananas sur une grande planche à découper. Ôtez le haut et le bas de l'ananas et jetez-les. Mettez l'ananas en position verticale stable sur la planche à découper. Tranchez cinq ou six bandes dans le sens de la hauteur, tout autour de la partie extérieure de l'ananas (peau) et juste assez profond pour enlever la plupart des « yeux » bruns de la chair. Mettez ces morceaux de côté et réservez-les. Coupez l'ananas en deux verticalement. Retirez et jetez la partie dure centrale. Ensuite, découpez le reste de l'ananas en dés de 1 pouce (2,5 cm).

Ajout des ingrédients. Déposez l'ananas coupé en dés, le piment, l'ail et les tranches d'oignon sur le porc dans la casserole. Versez le vinaigre de cidre de pomme sur les côtés, en prenant bien soin de ne pas retirer les épices de la surface de la viande. Posez les pelures d'ananas, préalablement coupées et réservées, sur le dessus avec le côté de la chair vers le bas.

Cuisson lente avec le couvercle fermé. Couvrez la casserole et placez-la directement sur le centre de la plaque chauffante en aluminium dans la mijoteuse. Assurez-vous que le récipient à eau et la grille ont été retirés de la mijoteuse. Fermez la mijoteuse et laissez cuire le porc pendant huit à dix heures. Si c'est possible, retournez les morceaux d'épaule de porc à micuisson pour que les deux côtés soient tendres et imbibés de toute la saveur. Après six heures, vérifiez la température interne du porc avec un thermomètre. Continuez à faire cuire jusqu'à ce que la viande atteigne au moins 195 °F / 90 °C. Le résultat sera du porc tendre, juteux et bien cuit, que vous pourrez facilement effiloche.

Note : placez la casserole délicatement au centre de la base de la mijoteuse et évitez de la faire glisser afin de ne pas égratigner la surface en aluminium sur la base de la mijoteuse. Les égratignures n'endommageront pas le fonctionnement de la mijoteuse, mais son apparence. Mettez une feuille de papier d'aluminium sur la plaque de base de la mijoteuse et vous la protégerez aussi de tout débordement.

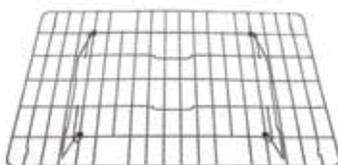
Comment le servir ? Jetez les pelures d'ananas. Retirez les morceaux de porc et transférez-les sur un grand plat. Placez les oignons cuits et les dés d'ananas sur les côtés du plat. Effilochez le porc délicatement et jetez toute partie grasse. Assaisonnez avec du sel en flocons, si désiré, et servez sur des tortillas de maïs, accompagné de coriandre et de quartiers de lime.

Facultatif : après avoir retiré la viande, les oignons et les dés d'ananas, passez le reste du bouillon à travers une passoire dans un bol. Laissez refroidir le bouillon filtré dans le réfrigérateur.

Note : une façon rapide de refroidir le bouillon consiste à placer le bol de bouillon dans un grand bol rempli de glaçons.

Une fois le bouillon froid, toute la graisse aura durci. Retirez la graisse du dessus du bouillon et jetez-la. Transférez le bouillon dans une casserole et laissez-le mijoter à découvert jusqu'à ce que le liquide soit réduit de moitié, environ sept à dix minutes. Ajoutez le porc effiloché, les oignons et les dés d'ananas cuits dans la casserole. Remuez doucement pour bien les réchauffer. Servez avec du riz.

Chambre de pousse & mijoteuse pliante



LA TROUSSE D'ACCESSOIRES
FP-165 SHELF KIT

 **Brod & Taylor**[®]

U.S. Patent 8,939,069
EP 2 358 206 B1

Berkshire Innovations, LLC
P.O. Box 712
Williamstown, MA 01267 USA
1-800-768-7064



DIY Video

Copyright 2010-17
All rights reserved
Rev.0217.1

www.brodandtaylor.com