



LIVENDO®

# Crème de Levain

FR-BIO-01  
Agriculture France



Épeautre



8 recettes

UNE MARQUE LESAFFRE



LIVENDO®

# Crème de Levain

Épeautre

**Crème de Levain Épeautre** vient désormais compléter Crème de levain « Original » sur base seigle, dans la collection des levains vivants liquide bio.

.....

**Crème de Levain Épeautre** est un levain vivant prêt à l'emploi au pétrin et conforme au décret pain. Il est régulièrement contrôlé par le LEMPA, le Laboratoire National de la Boulangerie Pâtisserie®.

.....



**Crème de levain Épeautre** est autorisé dans le pain de tradition française et dans les pains bio. Il permet aussi l'appellation « pain au levain ».

.....

**Crème de Levain Épeautre** est un levain d'épeautre vivant prêt à l'emploi au pétrin, sous forme liquide, de couleur crème.

.....

**Crème de Levain Épeautre** est un produit d'Origine France Garantie® fabriqué dans l'atelier Livendo Tech de Strasbourg, à base de farine issue de l'agriculture biologique.



FR-BIO-01  
Agriculture France



## > L'ÉPEAUTRE : UNE CÉRÉALE ANCIENNE

L'épeautre dit « blé des gaulois » est une céréale ancienne peu utilisée ces dernières années. La farine d'épeautre revient en force pour ses vertus diététiques.

## > SON APPORT DANS LE LEVAIN

**Crème de Levain Épeautre** apporte de nouvelles saveurs. Sa couleur claire permet cependant de ne pas trop typer pains, viennoiseries et pizzas.

C'est le parfait complément de Crème de Levain « Original » (seigle).

### SON DOSAGE

Un dosage entre 5 et 20 % du poids de farine est conseillé en fonction de l'intensité que l'on souhaite apporter. **Un dosage de 15% permet de développer une intensité suffisamment perceptible mais sans être trop prononcée.**

### CONSEIL ET PRÉCAUTION D'USAGE

Bien secouer le bidon avant toute utilisation !

Pour conserver toutes ses appellations, **Crème de Levain Épeautre** ne possède pas d'agent anti sédimentation (xanthane). Il convient donc d'éviter la sédimentation des agents actifs en mélangeant bien le produit. Il suffit pour cela de secouer plusieurs fois le bidon avant de verser le produit au pétrin.

## CRÈME DE LEVAIN **Épeautre**

- ✓ Une odeur légère de noisette
- ✓ Un goût agréable sans acidité trop marquée
- ✓ Une mie « douce » et moins marquée que sur une base seigle





# Baguette Tradition

## FORMULE

	(g)	(%)
Farine de tradition T65	1 000	100
Sel	18	1,8
Levure <b>L'hirondelle 1895</b>	7	0,7
<b>LIVENDO</b> Crème de Levain <b>Épeautre</b>	130	13
Eau	550	55
Bassinage	40	4
<b>TOTAL</b>	<b>1 745</b>	

## PROCESS

Type de pétrin	Spiral
T° de base	62°C
Pétrissage	Frasage 5 min + 7 min vitesse lente 2 min vitesse rapide
T° de pâte	22°C +/- 1°C
Pointage	30 min - 1 rabat - Frigo à +3°C 12 à 15h
Division	330 g - laisser les pâtons remonter en T° entre 12 et 14 °C
Façonnage	Baguette
Apprêt	45 min T° ambiante - 15 min à +3°C
Cuisson	Four à sole 250°C env. 22 min

## CRÈME DE LEVAIN **Épeautre**

- ✓ Une odeur légère de noisette
- ✓ Un goût agréable sans acidité trop marquée
- ✓ Une mie « douce » et moins marquée que sur une base seigle







# Boule Levain

## FORMULE

	(g)	(%)
Farine T80 ou T110	1 000	100
Eau	700	70
<b>LIVENDO Crème de Levain Épeautre</b>	150	15
Levure <b>L'hirondelle 1895</b>	6	0,6
Sel	18	1,8
Bassinage	40	4
<b>TOTAL</b>	<b>1 914</b>	

## PROCESS

Type de pétrin	Spiral
Autolyse	Eau + farine + Crème de Levain Épeautre 30 à 45 min
Pétrissage	8 min vitesse lente 2 min vitesse rapide
T° de pâte	23°C +/- 1°C
Pointage	1 h 30 - 1 rabat à 45 min
Division	850 g
Façonnage	Boule en bannetons
Apprêt	12 à 15 h à +7°C
Cuisson	Four à sole 250°C de 30 à 45 min

## CRÈME DE LEVAIN **Épeautre**

- ✓ Une odeur légère de noisette
- ✓ Un goût agréable sans acidité trop marquée
- ✓ Une mie « douce » et moins marquée que sur une base seigle









# Ciabatta

## FORMULE

	(g)	(%)
Farine Tradition T65	1 000	100,0
<b>LIVENDO Crème de Levain Épeautre</b>	200	20
Huile d'olive*	70	7
Sel	18	1,8
Levure <b>L'hirondelle 1895</b>	5	0,5
Eau	600	60
<b>TOTAL</b>	<b>1 893</b>	

## PROCESS

Type de pétrin	Spiral
T° de base	64°C
Pétrissage	3 min vitesse lente + 6 min vitesse rapide jusqu'au décollement de la pâte
T° de pâte	22°C +/- 1°C
Pointage	1 h 30 - 1 rabat puis 12 à 15 h à +3°C
Façonnage	Étaler la pâte sur planche farinée. Détailer avec un couteau des rectangles de même taille. Déposer sur couche farinée à gris.
Apprêt	20 min à T° ambiante
Cuisson	Four à sole 260°C env. 30 min
Resuage	Sur grille

Pain idéal pour la fabrication de pains sandwiches. Le poids conseillé est de 150g.

\* L'incorporation de l'huile d'olive doit se faire en fin de pétrissage.

## CRÈME DE LEVAIN **Épeautre**

- ✓ Une odeur légère de noisette
- ✓ Un goût agréable sans acidité trop marquée
- ✓ Une mie « douce » et moins marquée que sur une base seigle





# Pavé d'épeautre

## FORMULE

	(g)	(%)
Farine d'épeautre T110 sur meule	1 000	100
Eau	700	70
<b>LIVENDO Crème de Levain Épeautre</b>	200	20
Sel	18	1,8
Levure <b>L'hirondelle 1895</b>	5	0,5
Bassinage	50	5
<b>TOTAL</b>	<b>1 973</b>	

## PROCESS

Type de pétrin	Spiral
Pétrissage	10 min vitesse lente + 1 à 2 min vitesse rapide La pâte doit se décoller de la cuve
T° de pâte	23°C +/- 1°C
Pointage	1h30 avec 1 rabat à 45 min Blocage froid masse 3°C entre 12 et 16h
Réchauffe	1 h à T° ambiante
Division	400 g et mise en forme
Détente	20 min
Façonnage	Sur couche farinée
Apprêt	1 h à 26°C
Cuisson	Préchauffage du four à 270° puis cuisson en baissant progressivement la température jusqu'à 190°. Cela permet d'avoir une bonne cuisson à coeur sans avoir une couleur prononcée. Après cuisson laisser ressuer sur grille.

Le plus souvent écrasé à la meule de pierre, la farine d'épeautre conserve les minéraux et les fibres. Les produits obtenus ont généralement une mie dense et brune avec une croûte croustillante.

## CRÈME DE LEVAIN **Épeautre**

- ✓ Une odeur légère de noisette
- ✓ Un goût agréable sans acidité trop marquée
- ✓ Une mie « douce » et moins marquée que sur une base seigle







# Norvégien

## FORMULE

	(g)	(%)
Farine d'épeautre T110	1 000	100
Eau à 40°C	610	61
Sel	18	1,8
<b>LIVENDO Crème de Levain Épeautre</b>	150	15
Levure <b>L'hirondelle 1895</b>	10	1
Pâte fermentée	300	30
Miel	30	3
Bassinage	200	20
<b>TOTAL</b>	<b>2 318</b>	
<b>Melange graines : 300 g Torréfié + 150 g d'eau chaude</b>		

## PROCESS

Type de pétrin	Spiral ou batteur
Pétrissage	10 min vitesse lente - incorporer le mélange de graines 1 à 2 min en vitesse lente 2 min vitesse rapide
T° de pâte	28 à 30°C +/- 1°C
Pointage	40 min à T° ambiante
Division	En moule à l'aide d'une corne et de l'eau
Apprêt	45 à 60 min
Cuisson	Four à sole 250°C env. 40 min
Démoulage	Sur plaque et remettre en cuisson entre 10 et 15 min

## CRÈME DE LEVAIN **Épeautre**

- ✓ Une odeur légère de noisette
- ✓ Un goût agréable sans acidité trop marquée
- ✓ Une mie « douce » et moins marquée que sur une base seigle









# Baguette Viennoise

## FORMULE

	(g)	(%)
Farine de tradition T110	500	50
Farine de gruau	500	50
Lait	400	40
Sel	18	1,8
<b>LIVENDO Crème de Levain Épeautre</b>	100	10
Beurre	120	12
Œufs	100	10
Sucre semoule	60	6
Miel	10	1
Levure <b>L'hirondelle Or</b> (pâte sucrée)	30	3
<b>TOTAL</b>	<b>1 838</b>	

## PROCESS

Type de pétrin	Spiral ou batteur
T° de base	58°C
Pétrissage	4 min vitesse lente + 4 min vitesse rapide Ajouter le beurre + 2 min vitesse rapide
T° de pâte	24°C +/- 1°C
Pointage	60 min à T° ambiante
Division	140 g
Detente	30 min au réfrigérateur pâte couverte
Façonnage	Demi baguettes posées sur plaques dorées et scarifiées en saucisson
Apprêt	1 h 15 à 26°C
Cuisson	Four à sole 210°C avec buée env. 15 min
Resuage	Sur grille

## CRÈME DE LEVAIN **Épeautre**

- ✓ Une odeur légère de noisette
- ✓ Un goût agréable sans acidité trop marquée
- ✓ Une mie « douce » et moins marquée que sur une base seigle





# Brioche

## FORMULE

	(g)	(%)
Farine de gruau	1 000	100
Œufs	400	40
Sel	18	1,8
<b>LIVENDO Crème de Levain Épeautre</b>	100	10
Sucre semoule	150	15
Levure <b>L'hirondelle Or</b> (pâte sucrée)	30	3
Beurre	400	40
<b>TOTAL</b>	<b>1 518</b>	

## PROCESS

Type de pétrin	Spiral
T° de base	60°C
Pétrissage	4 min vitesse lente 10 min vitesse rapide
T° de pâte	28°C +/- 1°C
Pointage	60 min - 1 rabat - Frigo à +3°C toute la nuit
Division	150 g
Detente	30 min à +3°C
Façonnage	En tresse
Apprêt	2 h 30 à 26°C
Cuisson	Four à sole 140°C env. 45 min en fin de cuisson le produit doit être à cœur entre 92 et 94°
Resuage	Sur grille

## CRÈME DE LEVAIN **Épeautre**

- ✓ Une odeur légère de noisette
- ✓ Un goût agréable sans acidité trop marquée
- ✓ Une mie « douce » et moins marquée que sur une base seigle







# Croissant

## FORMULE

	(g)	(%)
Farine de tradition	500	50
Farine de gruau	500	50
Eau / refroidisseur 4°C	400	40
Levure <b>L'hirondelle Or</b> (pâte sucrée)	40	4
Sel	18	1,8
Sucre	120	12
<b>LIVENDO Crème de Levain Épeautre</b>	100	10
Beurre d'incorporation	50	5
Améliorant <b>Ibis Violet</b> (Viennoiseries)	10	1
<b>TOTAL</b>	<b>1738</b>	

## PROCESS

Type de pétrin	Spiral ou batteur
Pétrissage	4 min vitesse lente 5 à 7 min vitesse rapide
Surgélateur	30 à 40 minutes à -30°C
Tourage	25% du poids de la pâte 1 tour double + 1 tour simple.
Detente	Chambre froide +3°C - 30 à 40 min
Détaillage	Croissants 75 à 80 g
Apprêt	Blocage 12 à 15h à +3°C puis 2h30 à 26°C
Surgélateur -25 à -35°C	30 min (-12 à -15°C à cœur)
Cuisson	Four à sole : 18 à 20 min à 210/220°C Four ventilé 16 à 18 min à 165/175°C

## CRÈME DE LEVAIN **Épeautre**

- ✓ Cette recette est un exemple, il est possible de garder votre recette actuelle en jouant juste sur l'hydratation.
- ✓ Le levain d'épeautre est un exhausteur qui accentuera le goût du beurré, ce qui peut vous permettre de baisser le pourcentage de beurre.



# > NOTRE GAMME DE LEVAINS LIVENDO



**LIVENDO Crème de Levain**  
**Épautre**

Bidon 5 kg  
Levain vivant liquide  
**Bio**

**LIVENDO Crème de Levain**  
**Original (Seigle)**

Bidon 5 kg  
Levain vivant liquide  
**Bio**



**LIVENDO EC40**  
**Épautre**

Sac 10 kg  
Levain sec dévitalisé  
**Bio**

**LIVENDO BD100**  
**Blé dur**

Sac 10 kg  
Levain sec dévitalisé

**LIVENDO F200**  
**Froment**

Sac 10 kg  
Levain sec dévitalisé





### LIVENDO Levain Seigle

Bib 10 kg (Kastalia®)  
Levain vivant liquide  
**CRC**

### LIVENDO Levain Blé dur

Bib 10 kg (Kastalia®)  
Levain vivant liquide  
**CRC**



### LIVENDO S400 Seigle

Sac 10 kg  
Levain sec dévitalisé



### LIVENDO Seiglyssime Seigle

Seau 10 kg  
Levain pâteux  
dévitalisé

## > De boulanger à boulanger

Nos techniciens du Baking Center™ sont à votre disposition pour vous aider à une utilisation optimale des produits Livendo. Tutos disponibles sur notre chaîne youtube/lesaffrefrance.

Les techniciens  
boulangers LESAFFRE  
PANIFICATION France  
à votre service :

**Stéphane MANACH**  
06 89 29 83 36  
s.manach@lesaffre.com

**Lionel BODIN**  
06 87 99 20 92  
l.bodin@lesaffre.com



[livendo-lesaffre.com](http://livendo-lesaffre.com)

Téléchargez l'application **Lesaffre & moi**  
et découvrez beaucoup d'autres recettes



**LESAFFRE PANIFICATION FRANCE**

103, rue Jean Jaurès - 94704 Maisons-Alfort Cedex  
Email : [info.lesaffrefrance@lesaffre.com](mailto:info.lesaffrefrance@lesaffre.com) - [www.lesaffre.fr](http://www.lesaffre.fr)