

Pourquoi y a-t-il des trous dans le pain ?

C'est vrai, à l'intérieur du pain, la mie est toujours pleine de trous ! Voici une manipulation pour comprendre comment ils se forment...

Il te faut : • de la levure de boulanger • un verre • du sucre • de l'eau chaude



1 Remplis le verre avec de l'eau chaude, jusqu'à la moitié.



2 Ajoute une cuillerée à café de sucre, puis mélange.



3 Ajoute une cuillerée à café de levure et mélange à nouveau.



Maintenant, il n'y a plus qu'à attendre quelques minutes...

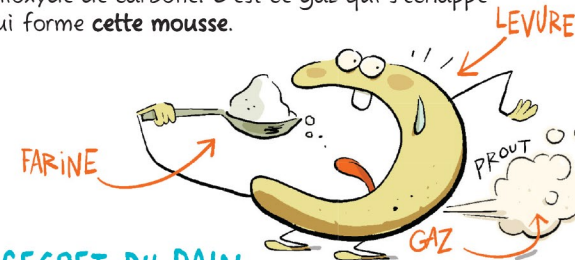
Regarde ! Au bout de 20 minutes, le verre s'est rempli de mousse.

La mousse gonfle doucement. C'est la levure qui fait plein de petites bulles !



QUE S'EST-IL PASSÉ ?

• La levure est une sorte de petit champignon. Grâce à l'eau et à la chaleur, la levure se développe et se nourrit du sucre. Et quand elle digère le sucre, elle fabrique du gaz : du dioxyde de carbone. C'est ce gaz qui s'échappe et qui forme cette mousse.



LE SECRET DU PAIN

• Dans la pâte à pain, la levure se nourrit d'une sorte de sucre à l'intérieur de la farine : l'amidon. La levure libère alors du gaz qui fait des bulles dans la pâte. Quand le pain est cuit, les bulles forment les trous dans la mie.

Et si tu faisais du pain pour voir la levure travailler ?

Faire du pain, c'est facile !



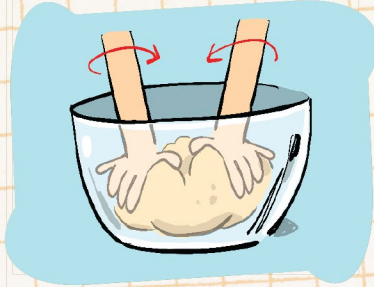
La recette du pain

Il te faut (pour un pain de 500 grammes):

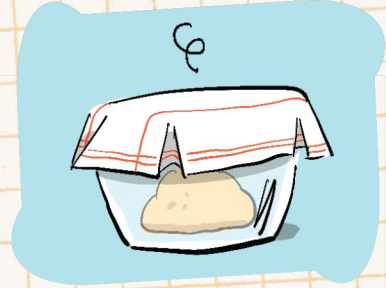
- 300 g de farine • du sel • un verre d'eau (125 ml) • de la levure boulangère



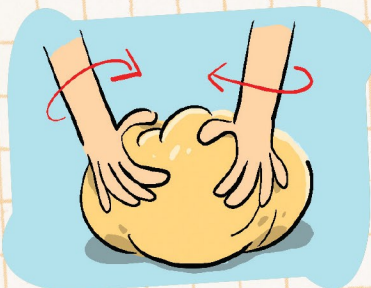
1 Mélange la levure avec l'eau. Verse la farine dans un saladier. Ajoute une grosse pincée de sel, puis l'eau et la levure.



2 Quand la pâte commence à se former, malaxe-la avec les mains. Si la pâte colle trop, ajoute un peu de farine.



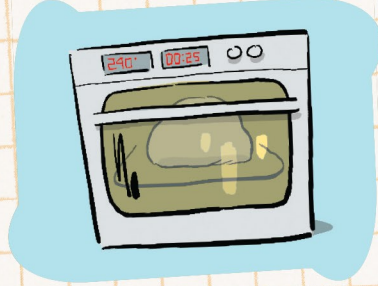
3 Dès que la pâte est bien compacte, laisse-la reposer une heure, en plaçant un torchon sur le saladier.



4 Quand la boule de pâte a bien gonflé, pétris-la à nouveau. Puis donne-lui la forme que tu veux pour ton pain.



5 Saupoudre de farine la plaque du four. Installe la pâte sur la plaque. Laisse-la reposer encore pendant une heure.



6 Préchauffe ton four à 240 degrés. Quand la pâte a levé, cuis-la au four 20 à 25 minutes à 240 degrés.

Réalise ton pain avec l'aide d'un adulte.
Attention au four, ça brûle !

