

21117-  
7859

Le Secret  
des Pâtes  
— à la levure



## Table des Matières

Le pain est le soutien de la vie.....	1
Mais le pain est plus qu'un symbole.....	3
Les ingrédients.....	4
Les ustensiles.....	5
A vous de choisir la méthode.....	6
Préparation de la pâte d'après la Méthode de Fermentation Directe.....	8
Le pétrissage.....	10
La fermentation.....	12
Conseils pratiques.....	13
Indices d'un bon pain.....	14
Les pains non pétris ( <i>pains éclair</i> ).....	15
Pains et brioches de fantaisie.....	19
Le bon pain de chez nous.....	26
Quelques pains d'outre-mer.....	28

## Index des Recettes

Boutons de roses.....	22
Brioches à la cannelle.....	20
Brioche à l'orange ( <i>pâte non pétrie</i> ).....	17
Brioche ananas et noix de coco ( <i>pâte non pétrie</i> ).....	17
Brioche au miel et aux amandes.....	21
Brioches aux noix et au miel ( <i>pâte non pétrie</i> ).....	17
Brioches françaises.....	28
Brioche tressée aux dattes.....	21
Coffee Kringle.....	32
Croissants.....	24
Eventails.....	24
Feuilles de palmier.....	20
Gaufres ( <i>pâte non pétrie</i> ).....	17
Glace de confiseur.....	20
Gugelhupf.....	30
Hoska.....	29
Jule Kaga.....	32
Pain aux raisins ( <i>pâte non pétrie</i> ).....	16
Pain blanc ( <i>Fermentation Directe</i> ).....	27
Pain blanc ( <i>Fermentation Indirecte</i> ).....	27
Pain-boulettes.....	24
Pain de blé entier ( <i>Fermentation Directe</i> ).....	27
Pain de brioches à la cannelle.....	20
Pain en "lèche-frite" ( <i>pâte non pétrie</i> ).....	16
Pâte sucrée ( <i>Fermentation Directe</i> ).....	19
Petits pains au miel et aux pacanes.....	25
Petits pains blancs ( <i>Fermentation Directe</i> ).....	23
Petits pains blancs ( <i>pâte non pétrie</i> ).....	17
Petits pains de blé entier ( <i>Fermentation Directe</i> ).....	25
Petits pains de blé entier ( <i>pâte non pétrie</i> ).....	17
Petits pains en bourses.....	23
Petits pains en trèfles.....	25
Petits pains mollets.....	23
Petits pains réfrigérateur ( <i>Fermentation Directe</i> ).....	23
Pizza.....	30
Sirop au miel.....	25
Spirales.....	24
Tortillons à la cannelle.....	22
Trèfles à quatre feuilles.....	25

# Le pain est le soutien de la vie...

Les techniques modernes et la mise au point d'ingrédients nouveaux ont grandement simplifié la fabrication du pain. Mais tout autant qu'à l'époque de Cléopâtre, la ménagère d'aujourd'hui éprouve une juste satisfaction à respirer l'appétissant arôme qui s'échappe du four où cuit son pain!

Depuis les temps anciens où les Egyptiens firent la découverte d'un levain rudimentaire, le Monde occidental n'a cessé de considérer le pain comme un symbole de stabilité, de cordialité et de tendresse familiale.

L'art de faire le pain a toujours été entouré de respect et jalousement gardé. Chez les Grecs, la confection du pain était réservée aux prêtres—cet aliment soutien de la vie ne devant être traité, jugeait-on, que par des hommes versés dans les choses sacrées. Plus pratiques, les Romains confièrent à des fonctionnaires civils la fabrication du pain et l'entourèrent de lois sanitaires extrêmement sévères. Les Irlandais, plus philosophes, lancèrent un dicton voulant que "les empires s'écroulent quand les peuples cessent de manger du pain". Vérité indéniable... bien qu'on ne doive pas nécessairement y voir une relation de cause à effet.

A maintes reprises, le pain a joué un rôle important dans l'histoire. Ainsi, au 17<sup>e</sup> siècle, si Vienne échappa aux envahisseurs turcs, ce fut grâce à ses boulangers. Levés avant l'aube pour cuire leur fournée du matin, ils entendirent l'ennemi creuser un tunnel sous la ville et alertèrent les soldats. Ceux-ci, prévenus à temps, repoussèrent l'assaillant qui, sans l'éveil donné par les boulangers, eût sans doute pu pénétrer jusqu'au coeur de la ville et la prendre par surprise. En reconnaissance de ce geste, il fut permis aux boulangers de façonner leurs brioches en forme de croissant, emblème des Turcs vaincus. Les Viennois déjeunèrent donc de croissants, arrosés de café fait avec des fèves que l'ennemi en déroute avait laissées derrière lui. La victoire de Vienne brisa l'élan des Turcs vers une domination mondiale; mais elle eut aussi pour résultat de donner au monde occidental l'un de ses petits déjeuners préférés: café et croissant!

Au même siècle, dans le premier fort construit sur les rives du Saint-Laurent, Champlain se trouvait aux prises avec un grave problème: celui de fournir du pain à la colonie naissante. Il sentait bien que sans pain la Nouvelle-France ne pourrait jouir de la santé et de la stabilité nécessaires à son épanouissement. De cette nécessité naquit le pain à l'eau du

Québec, confectionné avec des ingrédients de la région, et qui devait se transformer peu à peu en l'une de nos plus délicieuses spécialités culinaires.

Plus tard, les vaillantes familles de pionniers qui s'acheminèrent vers nos vastes prairies de l'Ouest emportaient dans leurs bagages des petits bols de levain. Les chefs de famille, partis en éclaireurs, durent éprouver pleinement la douceur du foyer retrouvé lorsqu'ils virent arriver leurs épouses munies de ce précieux levain, indispensable à la confection de beaux pains dorés et savoureux!

De nos jours, les immigrants qui viennent s'établir au Canada apportent avec eux les recettes de leurs pains d'origine: Gugelhupf, Pumpernickel, Potica, Croissants viennois, etc., et pour chacun d'entre eux le pain de son pays demeure le symbole du foyer. Nous apprenons graduellement à connaître ces pains européens et nous nous prenons à les aimer; ils entrent dans nos habitudes culinaires, tout comme les nouveaux venus qui nous les ont apportés s'intègrent à notre vie nationale.

La moderne et active Levure Sèche que nous utilisons aujourd'hui ne ressemble guère au levain rudimentaire dont se servaient les Egyptiens; mais le pain n'en demeure pas moins, comme alors, un symbole de chaude cordialité et de tendresse familiale.





... mais le pain est plus qu'un symbole



L'homme primitif, pour qui le pain était un mystérieux symbole de vie, savait d'instinct cette vérité que l'homme moderne a pu contrôler scientifiquement: le pain est essentiel à tout régime alimentaire équilibré.

Si l'on en croit les économistes, les civilisations occidentales devraient leur supériorité au fait que leur économie repose sur le pain et le blé, sources d'énergie les plus stables et les moins dispendieuses que l'homme connaisse.

De nos jours, grâce à la farine enrichie, l'importance du pain dans le régime alimentaire s'est encore accrue. Le pain fait avec de la farine enrichie contient des vitamines B: thiamine, niacine, riboflavine, de même que du fer, sans que sa texture et son apparence en soient modifiées.

Les Règles Alimentaires au Canada, instituées en 1942 par le Conseil canadien de Nutrition, recommandent de manger quatre tranches de pain par jour, soulignant ainsi l'importance du pain dans la diète. Ces règles ont été adoptées par la Division de la Nutrition aux ministères fédéral et provinciaux de la Santé, de même que par les départements municipaux de la Santé d'un bout à l'autre du Canada; et on peut maintenant trouver dans nos écoles des affiches en couleurs préconisant un régime alimentaire équilibré où figurent quatre tranches de pain par jour.

Le rôle essentiel du pain dans l'alimentation se justifie scientifiquement, du fait que le pain renferme des hydrates de carbone, source d'énergie, et des protides nécessaires au développement des muscles et à la réparation des tissus.

En plus d'être nutritif et économique, le pain sert à garnir la table même la plus modeste. Par exemple, un bel anneau à la levure, parfumé de cannelle et décoré de glace au sucre, transforme en régal un simple dessert de fruits; et le seul fait de servir du pain français donne au repas le plus banal un air de fête incomparable.

Du triple point de vue économie, nutrition et tradition, le pain, soutien de la vie, constitue donc un précieux héritage. L'homme primitif en connaissait d'instinct la valeur; l'homme moderne voit cette connaissance ratifiée par la science.



Le pain joue un rôle de premier plan dans l'élaboration, la préparation et la dégustation de tout repas. Parfumé et délicieux, il séduit toujours l'appétit. D'autre part, la facilité avec laquelle il s'obtient et se sert en fait un des aliments les plus commodes dans la cuisine. Et comme il est très nutritif, il réussit toujours à apaiser la fringale.



## Les ingrédients

C'est au choix des ingrédients, à l'exactitude des proportions, de même qu'à la quadruple opération de la préparation, du pétrissage, de la fermentation et de la cuisson, que les pains et petits pains à la levure doivent leur saveur et leur texture incomparables. Pour faire du bon pain, il faut d'abord de bons ingrédients. Quand vous cuisez à la maison, n'employez donc que des ingrédients de toute première qualité.

**LEVURE:** La levure est l'agent de fermentation qui fait gonfler la pâte en de beaux pains et petits pains légers et dodus. C'est un microorganisme capable de se développer avec une incroyable rapidité lorsque placé dans des conditions favorables. Son développement s'accompagne d'une émission de gaz carbonique qui fait lever la pâte au double environ de son volume initial.

La levure sèche active telle que nous l'achetons à l'épicerie ressemble à des granules brunes desséchées. Leur couche extérieure retient les microscopiques cellules de levure en état d'hibernation (ou de torpeur) jusqu'à ce que la cuisinière choisisse de les ramener à la vie active. Elle saupoudre alors ces granules sur un mélange d'eau tiède et de sucre. L'eau tiède fait éclater la couche brune protectrice et le sucre agit comme stimulant de la levure. Quand on n'emploie qu'une seule enveloppe de levure, les proportions habituelles sont une demi-tasse d'eau tiède et une cuillerée à thé de sucre.

Cependant, si l'on emploie plus de levure, il n'est pas toujours nécessaire d'ajouter une demi-tasse d'eau par enveloppe supplémentaire. Certaines recettes ne le requièrent pas; d'autres exigent plus que la proportion de base d'une demi-tasse par enveloppe.

Quant au sucre qui "nourrit" la levure, on en ajoute ordinairement une cuillerée à thé pour chaque enveloppe additionnelle de levure qu'exige la recette. Il faut voir à ne pas utiliser, dans la dissolution de la levure, plus de sucre que ne le demande la recette, un excès

de sucre pouvant entraver l'action de la levure. Il faudra donc le mesurer avec soin. (N.B. Le sucre nécessaire au "réveil" de la levure ne doit pas être pris à même la quantité de sucre indiquée dans le corps de la recette.)

**FARINE:** C'est la farine de froment qu'on utilise couramment dans la panification, car elle contient certaines protides qui, en présence d'un liquide, s'associent pour donner du gluten. Les propriétés physiques du gluten lui permettent de former un cadre élastique assez robuste pour supporter les bulles de gaz produites par la levure. Sans gluten, impossible de réussir un bon pain à la levure. La quantité et la qualité du gluten varient toutefois suivant les farines employées. Dans les recettes à base de levure, la quantité de farine requise et la durée du pétrissage ou du battage de la pâte ne sont habituellement indiquées que de façon approximative. Ce sont les propriétés particulières de la farine employée, surtout ses qualités d'absorption, de même que la quantité et la qualité du gluten, qui déterminent la quantité de farine à utiliser et le temps requis pour la manipulation. Pour que le succès couronne vos efforts, suivez bien les instructions de la recette. Mais apprenez également à discerner, par la consistance de la pâte, le moment précis où elle est suffisamment battue ou pétrie.

Dans la fabrication domestique du pain, on emploie ordinairement de la farine enrichie tout-usage, que l'on nomme aussi farine à pain. Les autres types de farine, soit à gâteau, à pâtisserie et à auto-fermentation ne donnent pas les mêmes résultats. L'avoine

roulée, le son, les farines de maïs et de seigle se combinent parfois avec la farine de blé tout-usage dans la confection de pains et petits pains spéciaux.

**LIQUIDE:** L'eau et le lait sont les liquides habituellement employés dans les pains à la levure. A l'occasion, d'autres liquides tels que les jus de fruits sont ajoutés pour leur saveur. Le lait pourra être entier, écrémé, évaporé ou déshydraté. Chauffer le lait entier ou écrémé à ébullition donne une plus belle texture aux pains et petits pains à la levure. Mais quel que soit le liquide, il faut le faire tiédir avant d'y ajouter la levure dissoute—car un excès de chaleur paralyse l'action de la levure, et un manque de chaleur la ralentit.

Les pains et petits pains faits avec de l'eau uniquement ont une saveur de froment et une croûte croustillante. Faits au lait, leur mie est plus tendre et leur croûte d'un blanc crémeux. Ils se conservent mieux et font de meilleures rôties.

N'employez que de l'eau pour dissoudre la levure sèche active. Quand une recette de pain requiert un liquide autre que l'eau, servez-vous d'eau pour dissoudre la levure et déduisez cette quantité de la quantité totale de liquide requise par la recette. Les proportions habituelles sont une demi-tasse d'eau et une cuillerée à thé de sucre pour **chaque** enveloppe de levure, mais certaines recettes peuvent faire exception.

**SUCRE ET SEL:** La levure et le sucre travaillent de concert à former l'anhydride carbonique qui fait lever la pâte. Le sel aide à régulariser cette fermentation. La juste proportion de sel et de sucre ajoute à la saveur du pain, et le sucre contribue à faire dorer la croûte.

On se sert généralement de sucre blanc granulé; la cassonade, la mélasse, le miel et le sirop de maïs s'emploient parfois, suivant le genre de pain que l'on fait. On peut utiliser du sel nature ou iodé.

**SHORTENING:** Presque toutes les recettes à la levure renferment un corps gras ou une huile de bonne qualité, qui lubrifie les ingrédients de sorte que la

pâte s'étire mieux sous l'action des bulles de gaz. Le gras améliore aussi la saveur et donne à la croûte une texture tendre et un beau lustre. Les shortenings hydrogénés, le lard, les huiles végétales et le beurre sont tous de bons corps gras à employer dans les recettes où un corps gras est indiqué.

**OEUFS:** Les oeufs enrichissent la saveur du pain et le rendent plus nutritif. Grâce à eux, la mie sera plus fine et la croûte mieux dorée. Vers la fin de la cuisson, on badigeonne parfois la surface du pain avec une préparation à l'oeuf battu pour lui donner un beau lustre.

**AUTRES INGRÉDIENTS:** On peut ajouter des épices, des fines herbes, des fruits, des noix et autres ingrédients pour relever ou varier la saveur des pains et augmenter leur valeur nutritive.

## Les ustensiles

Toutes les recettes de cette brochure utilisent la tasse à mesurer de 8 onces et les cuillers à mesurer standard.

Choisissez un grand bol (d'une contenance de 4 pintes environ) pour la préparation et la fermentation de la pâte, et une cuiller en bois qui soit facile à manier.

Pour tamiser la farine avant de la mesurer, utilisez un tamis à un seul treillis fin. Si votre tamis se compose de deux ou trois treillis, servez-vous plutôt d'un grand tamis simple de gaze métallique pour le tamisage préparatoire de la farine.

On utilise d'ordinaire une serviette propre pour couvrir la pâte—ou les pains déjà façonnés—pendant la fermentation. Mais le papier paraffiné ou même une simple assiette posée sur le bol feront tout aussi bien.

Les ustensiles illustrés dans cette brochure sont tous d'utilité courante pour la maison. Ayez soin d'utiliser des moules de dimensions analogues à ceux qui sont indiqués dans les recettes. Les mesures sont toujours prises à l'intérieur et au haut du moule.

# *A vous de choisir la méthode . . .*

Toute préparation à base de levure obéit à des principes fondamentaux, autrement dit à une méthode. Vous avez le choix de trois méthodes: Sans Pétrissage—une méthode facile et rapide, Fermentation Directe, ou Fermentation Indirecte. Vous n'aurez aucune difficulté à suivre une recette de pâte à la levure, quelle qu'elle soit, si vous comprenez bien ces trois méthodes de base.

## **LA MÉTHODE SANS PÉTRISSAGE**

C'est la méthode qui offre le plus de facilité et de rapidité dans la préparation d'une pâte à la levure. Dans ce nouveau procédé, la pâte est battue au lieu d'être pétrie. En éliminant le pétrissage, on accélère et simplifie la panification. Ces pâtes peuvent être plus ou moins claires, selon l'emploi auquel elles sont

destinées—selon que vous faites des gaufres à la levure, par exemple, ou un pain en "lèche-frite". Mais toujours le procédé se résume à mélanger les ingrédients et à laisser lever la pâte dans le bol ou dans le moule. Le pain ainsi préparé diffère de tous les autres par sa texture et sa saveur. Nous donnons plus de détails sur ces pâtes, ainsi que des recettes, aux pages 16 et 17.

## **LA MÉTHODE DE FERMENTATION DIRECTE**

Cette méthode est sans doute celle que vous connaissez le mieux. La pâte se prépare de façon ininterrompue. Le temps qu'elle prend à lever dépend de la quantité de levure que vous avez employée. Si vous augmentez la quantité de levure (tel que suggéré dans

plusieurs recettes) vous réduisez par le fait même la durée de la fermentation, et vous obtenez une pâte à fermentation rapide. La préparation des pâtes suivant la Méthode de Fermentation Directe est illustrée sur les pages 8 et 9.

## **LA MÉTHODE DE FERMENTATION INDIRECTE**

C'est l'une des plus anciennes méthodes de panification qui soient. Ici, la pâte se prépare en deux temps. Vous apprêtez d'abord un levain en faisant dissoudre du sucre avec la levure dans de l'eau tiède, en incorporant au mélange une partie de la farine et en laissant lever cette pâte jusqu'à consistance spongieuse.

Les autres ingrédients sont ensuite ajoutés, ainsi que la quantité de farine nécessaire pour que la pâte se pétrisse bien. C'est au cours des trois périodes de fermentation que se développent la saveur et la texture caractéristiques des pains au levain. Voir en page 27 une recette de pain à Fermentation Indirecte.

## **ET LA PÂTE RÉFRIGÉRATEUR ?**

Peut-on conserver les pâtes à pain dans le réfrigérateur? Oui, mais à la condition expresse que la pâte ait été spécialement préparée à cette intention. Dans une pâte réfrigérateur, les quantités de sel et de sucre doivent être calculées de façon à prolonger l'action de la levure pendant plusieurs jours. Pour obtenir de bons

résultats d'une pâte réfrigérateur, il faut que les proportions données dans la recette aient été soigneusement dosées d'après une formule éprouvée. Vous trouverez en page 23 une recette de petits pains au réfrigérateur. Les pages 23 à 25 expliquent comment façonner la pâte.

----->

*Grâce aux trois méthodes de base, vous pouvez varier à l'infini la préparation des pains et petits pains. Le Pain en "lèche-frite", en haut à droite, et les petits pains blancs sont faits d'après la Méthode Sans Pétrissage. Pain blanc, Croissants, Petits Pains de Blé Entier et Brioches à la Cannelle sont préparés d'après les Méthodes de Fermentation Directe et Indirecte.*





# Préparation de la pâte . . .

*d'après la Méthode de Fermentation Directe*

Préparer une pâte à la levure est une opération facile qui s'accomplit point-par-point avec rapidité. Elle comporte cependant certains principes qu'il faut respecter. Voici, en 6 points, comment préparer la pâte d'après la méthode de fermentation directe.

Pour la préparation des pâtes non pétries et les autres méthodes de panification, voir les conseils et recettes donnés ailleurs dans cette brochure.

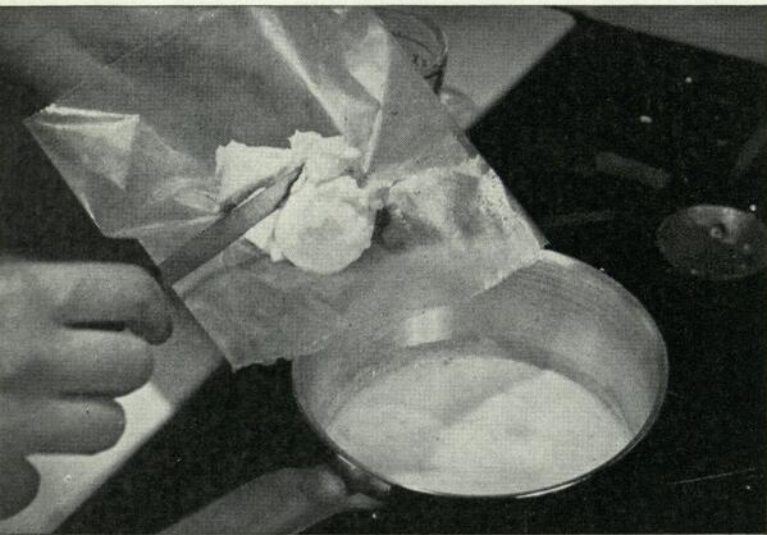
## LA TEMPÉRATURE EST TRÈS IMPORTANTE

La température joue un rôle très important dans toute préparation à la levure. La levure étant composée d'organismes vivants, un excès de chaleur peut la tuer, de même qu'un manque de chaleur peut ralentir son action.

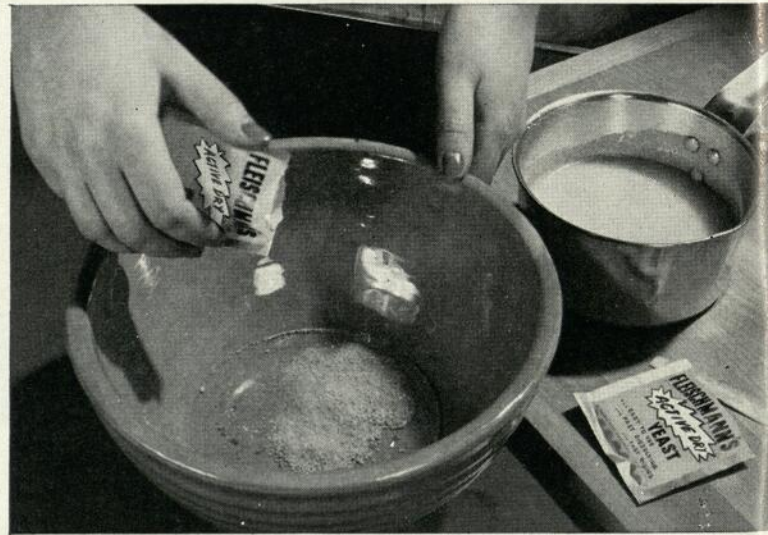
Les meilleurs résultats s'obtiennent en faisant dissoudre la levure sèche active dans de l'eau tiède (à

95° F.). Pour vérifier la température de l'eau, versez-en un peu sur l'intérieur de votre poignet: elle ne doit vous sembler ni chaude ni froide.

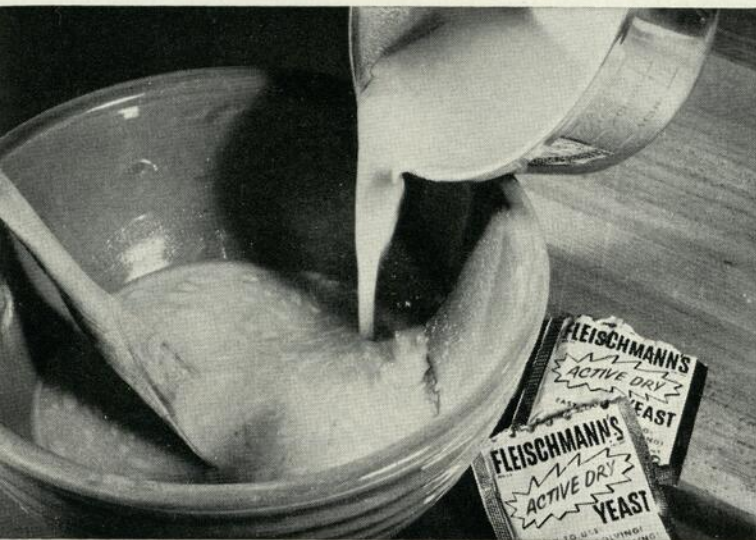
Avant de combiner à la levure dissoute tout autre ingrédient, tel que le lait chaud additionné de sucre, de sel et de shortening, il faut d'abord faire tiédir le mélange.



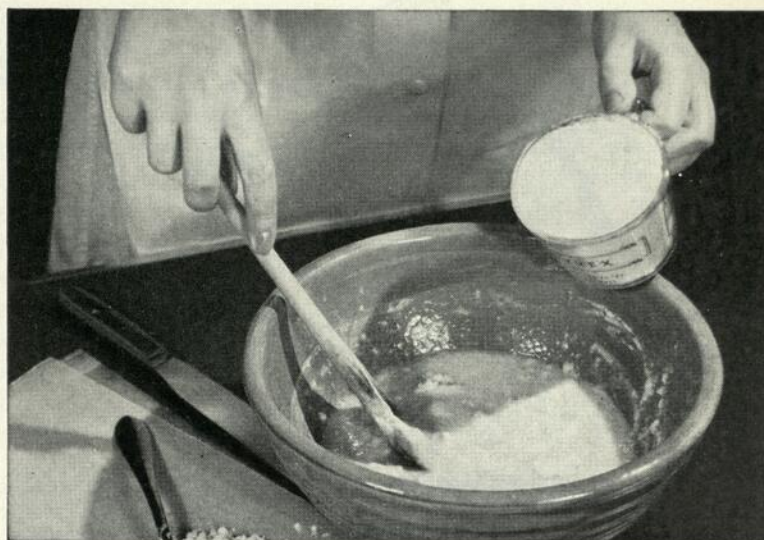
**1<sup>er</sup> POINT** Mesurer le lait dans une casserole et le faire chauffer juste au-dessous du point d'ébullition, ou à 180° F. Retirer du feu. Ajouter en remuant le sucre, le sel et le shortening. Laisser tiédir ce mélange, afin de conserver à la levure toute son efficacité.



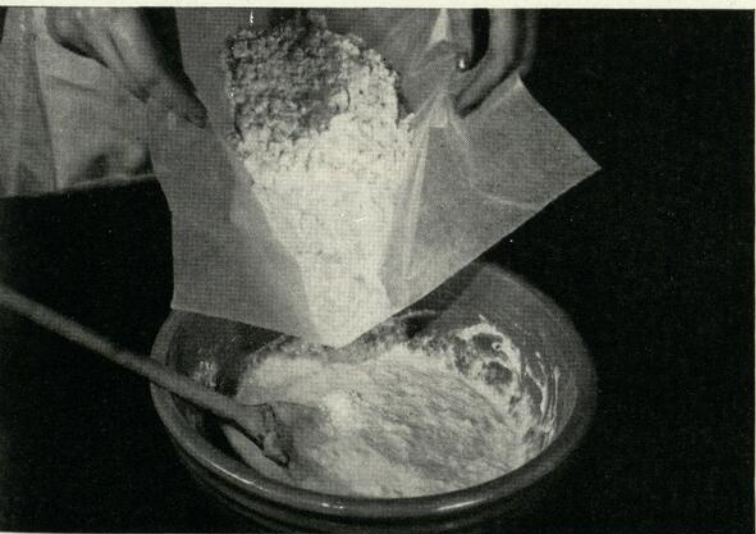
**2<sup>e</sup> POINT** Pendant ce temps, mesurer dans un grand bol tiédi la quantité requise d'eau tiède. Ajouter en remuant 1 c. à thé de sucre granulé pour chaque enveloppe de levure que vous utilisez. Saupoudrer la levure sèche active sur l'eau sucrée. Laisser reposer 10 minutes, PUIS bien brasser.



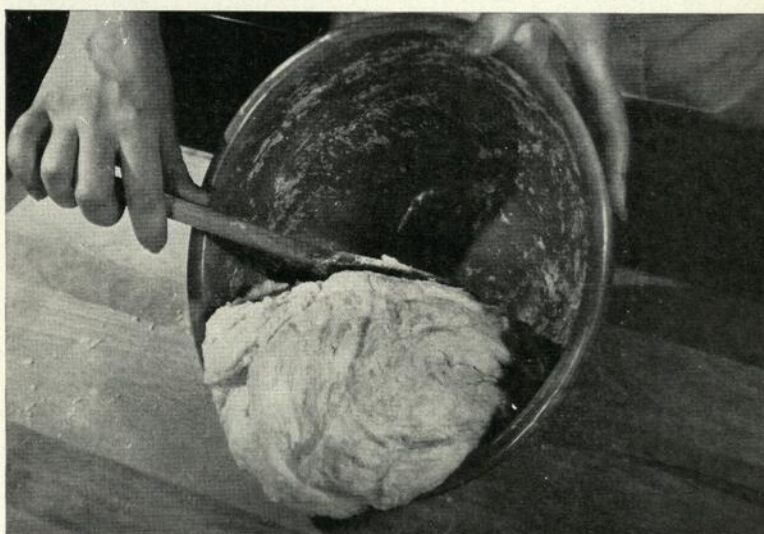
**3<sup>e</sup> POINT** Vérifier la température de la préparation au lait. Une fois tiédie, l'ajouter à la levure dissoute et bien mélanger. Si la recette demande des oeufs, les ajouter ici en brassant.



**4<sup>e</sup> POINT** Incorporer dans le mélange la moitié de la farine, ou la quantité prescrite dans la recette. (La farine aura été préalablement tamisée et mesurée avec soin.) Battre jusqu'à consistance lisse.



**5<sup>e</sup> POINT** Ajouter assez de farine tamisée (la quantité approximative étant donnée dans la recette) pour que la pâte ait une texture rugueuse, mate et légèrement collante au toucher.



**6<sup>e</sup> POINT** Brasser la pâte jusqu'à ce qu'elle forme d'elle-même une boule irrégulière qui se détache du bol, ne laissant que de minces traces sur la paroi. La pâte est maintenant prête à être renversée sur une planche ou une toile à pâtisserie légèrement enfarinées.

# Le pétrissage



Le pétrissage est cette opération de la panification durant laquelle, de rugueuse qu'elle était, la pâte prend une consistance homogène et élastique. Vous sentez cette fascinante transformation s'opérer sous vos doigts, à mesure que vous travaillez la pâte.

Le pétrissage achève l'amalgamation des ingrédients, développe la saveur du pain et accélère la production du gluten qui, à son tour, améliore la texture ou le grain des pains et petits pains. Au fur et à mesure que s'opère le pétrissage, le gluten acquiert l'élasticité qui va lui permettre de s'étirer sous l'action de la fermentation et d'emprisonner les bulles de gaz produites par la levure.



**PRÉPARATIFS:** Avant de renverser la pâte sur la planche ou la toile enfarinées, rassemblez tout ce dont vous aurez besoin: farine, shortening, spatule, pinceau à pâtisserie et serviette propre. L'opération sera plus facile, et mieux réussie.

Le pétrissage peut s'effectuer à volonté sur une planche, une toile ou le dessus d'une table. Mesurez environ une tasse de farine, à saupoudrer sur la planche pendant le pétrissage; la quantité à employer sera déterminée par les besoins de la pâte.

Gardez la spatule à la portée de la main pour racler la pâte qui collerait à la planche. Graissez légèrement

un bol où vous déposerez la pâte pétrie et préparez une serviette propre pour la couvrir. Ayez du shortening amolli ou fondu dont vous badigeonnerez le dessus de la pâte pour la fermentation, après l'avoir pétrie. Un pinceau, le dos d'une cuiller ou un bout de papier paraffiné font très bien pour étendre le shortening en couche mince et uniforme.

Quand tout est prêt, enfarinez légèrement la planche et renversez-y la pâte. Les mains couvertes de farine, pressez fermement sur la pâte pour l'aplatir quelque peu et la façonner en une boule légèrement aplatie. Passez maintenant au pétrissage.

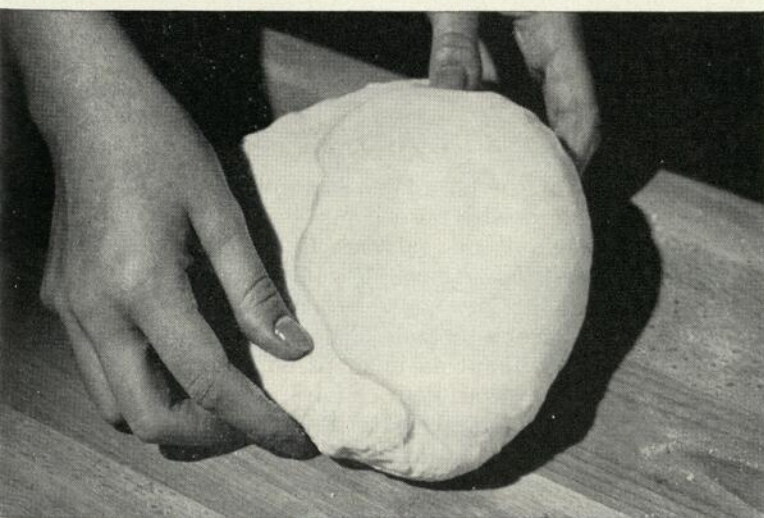
A mesure que vous pétrissez la pâte, saupoudrez de la farine peu à peu sur la planche et faites-la entrer dans la pâte. Quand la pâte cesse de coller à vos mains ou à la planche, c'est que vous avez ajouté assez de farine. Travaillez la pâte avec fermeté; elle sera plus lisse et plus spongieuse, et donnera de meilleurs résultats. Certaines cuisinières vont jusqu'à la frapper de temps à autre contre la planche. Plus le pétrissage est vigoureux, plus la pâte sera facile à façonner en pains, petits pains et brioches. Suivez la méthode de pétrissage en trois temps illustrée à la page suivante.



**1<sup>er</sup> TEMPS** Repliez la pâte vers vous, d'un mouvement circulaire, en vous servant de vos dix doigts.

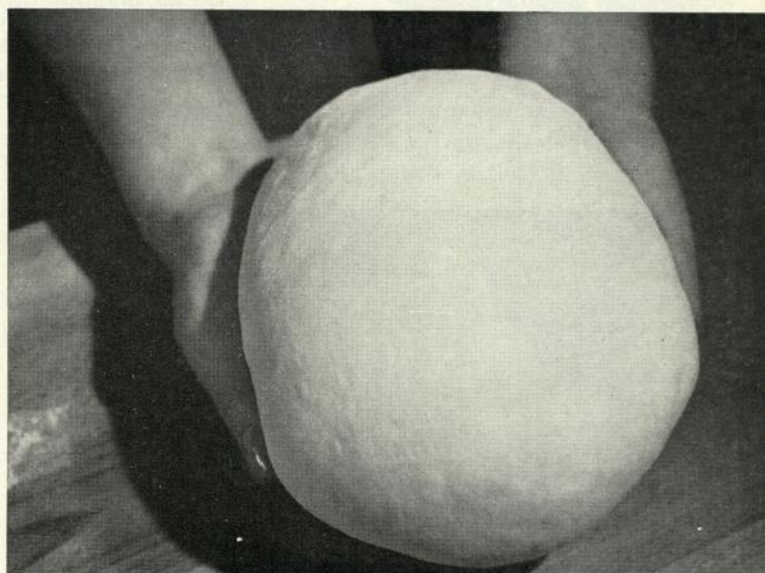


**2<sup>e</sup> TEMPS** Repoussez la boule de pâte loin de vous avec les paumes des mains.



**3<sup>e</sup> TEMPS** Donnez à la pâte un quart de tour sur la planche. Répétez continuellement ces trois temps.

**PÉTRISSAGE** Il consiste à plier, pousser et tourner la pâte en un mouvement circulaire. Vous vous sentirez peut-être un peu gauche au début mais une fois familiarisée avec les trois temps illustrés ci-contre vous acquerrez un bon rythme et le pétrissage vous deviendra facile. La masse de pâte rugueuse et collante se transforme en une boule lisse que vous sentez devenir de plus en plus élastique et spongieuse à mesure que vous la pétrissez. En général, six ou huit minutes de pétrissage suffisent. Mais la durée peut varier suivant la farine que vous employez et la vigueur que vous mettez à travailler la pâte. Vous reconnaîtrez au toucher aussi bien qu'à l'apparence le moment précis où la pâte est suffisamment pétrie.



**RÉSULTATS** Soulevez la pâte dans vos mains, pour l'examiner et la palper. La consistance de la pâte vous dira, beaucoup mieux que n'importe quelle règle fixe, si le pétrissage est à point. Une pâte bien pétrie forme une masse arrondie, lisse, satinée et fortement tendue. En l'examinant de près, vous décelez de fines bulles de gaz sous la surface. Ces bulles présentent une variété de grosseurs et de formes, à cause de l'étirage de la pâte au pétrissage. La surface de la pâte paraît légèrement irrégulière, bien qu'elle ait un lustre satiné.

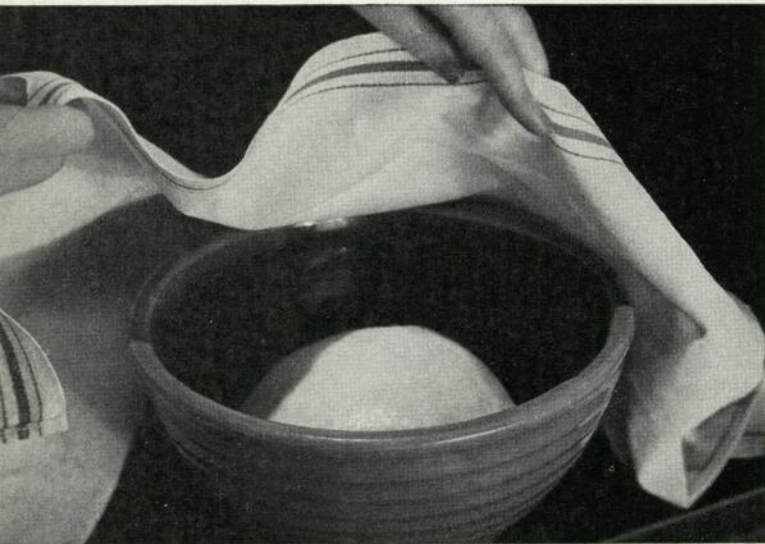
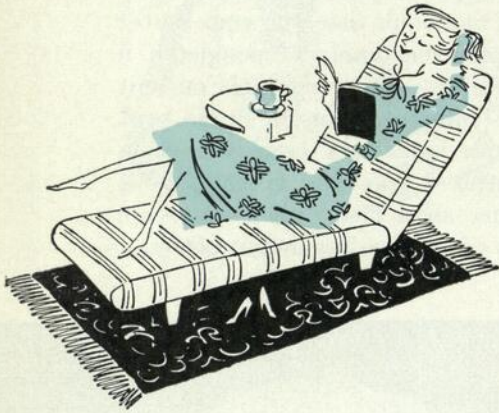
Dans vos mains, vous sentez la pâte élastique et spongieuse. Pressez-y fermement vos doigts; vous sentez une pression douce de la pâte qui les repousse. Une fois la pâte pétrie à point, placez-la dans un bol graissé et badigeonnez la surface avec du shortening fondu ou amolli.

# La fermentation

Le gonflement de la pâte, dans la panification, est le résultat des changements opérés par la fermentation de la levure. A mesure que se forment les bulles d'anhydride carbonique, le gluten s'assouplit, permettant ainsi à la pâte de se dilater. Ces transformations produites à l'intérieur de la pâte contribuent à lui donner la saveur et la texture qui caractérisent les pâtes à base de levure.

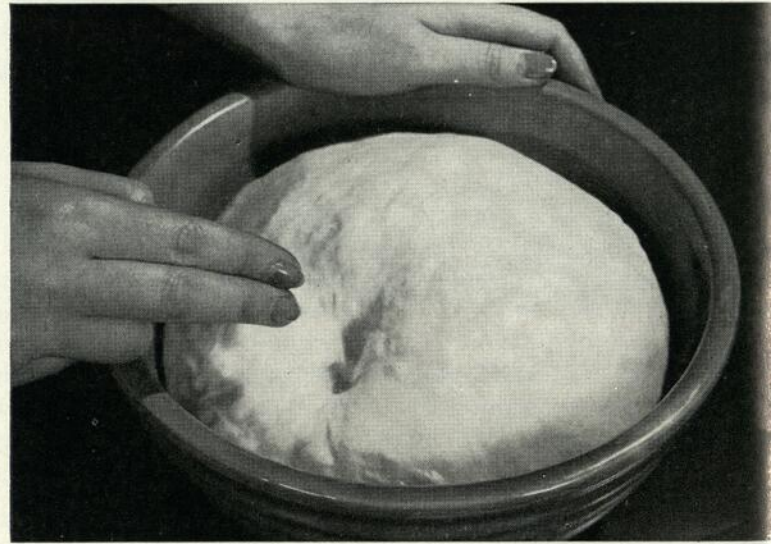
## LA TEMPÉRATURE, UN FACTEUR IMPORTANT

Pour bien lever, la pâte que l'on fait fermenter doit être placée à une température d'environ 85° F. Il faudra la protéger contre un excès de chaleur en été ou un manque de chaleur en hiver. La levure est en effet une plante vivante qui se plaît dans une atmosphère tempérée, ni trop chaude ni trop froide. Maintenez donc une chaleur uniforme et modérée durant toute la période de fermentation.



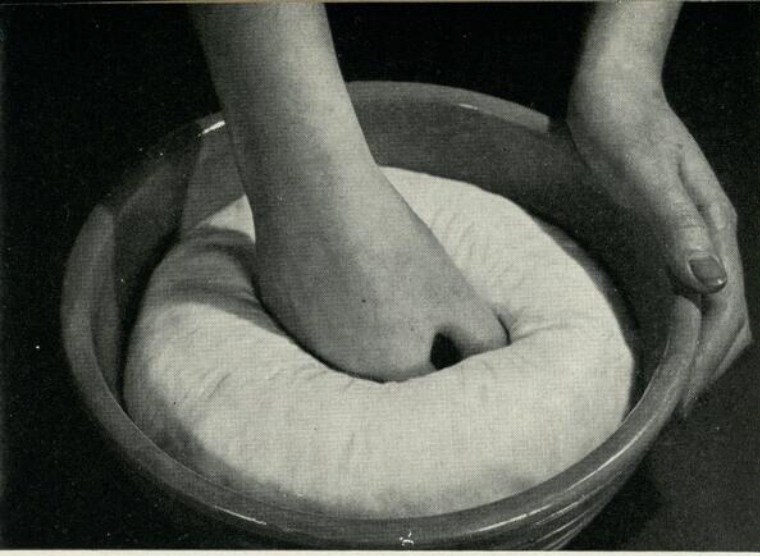
## 1 LA PÂTE LÈVE

Graissez toujours la surface de la pâte et couvrez le bol d'une serviette propre ou d'un papier paraffiné. Placez-le dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. En été, éloignez la pâte des rayons directs du soleil et de toute source excessive de chaleur. En hiver, réchauffez le bol avant d'y déposer la pâte. Placez-le à la chaleur, près d'un poêle ou d'un calorifère, mais jamais dessus. Si la pièce est froide, vous pouvez placer la pâte, soit dans un four non chauffé, et déposer en-dessous un plat rempli d'eau très chaude—soit sur le gril dont vous aurez rempli la lèchefrite inférieure avec de l'eau très chaude. Ou encore, placez le bol de pâte dans un plat profond rempli d'eau juste assez chaude pour que la main puisse y plonger confortablement.



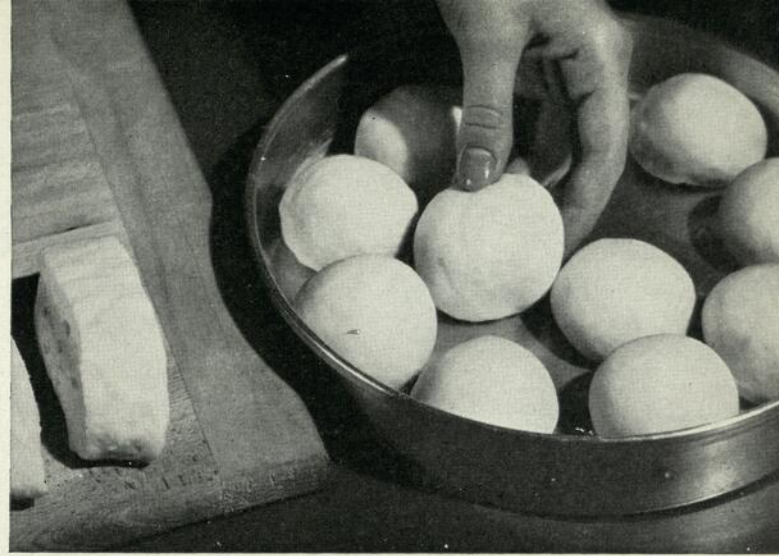
## 2 ELLE DOUBLE SON VOLUME

Quand la pâte semble avoir doublé son volume initial, la fermentation nécessaire est accomplie. La durée de cette fermentation varie suivant la température ambiante, la quantité de levure, le genre de farine et les autres ingrédients que vous avez utilisés. La recette vous indique cette durée de façon approximative—pour vous guider quant au moment où il convient de vérifier la fermentation. Pour ce faire, pressez deux doigts profondément dans la pâte. Si leur empreinte demeure après que vous les avez retirés, c'est que la pâte aura doublé son volume. Si la pâte est pleine de bulles et s'effondre, c'est qu'elle a trop fermenté. Dans les régions à haute altitude, on recommande de vérifier la fermentation bien avant le moment suggéré par la recette.



### 3 LA PÂTE EST ABAISSÉE

Quand la pâte a doublé son volume, vous l'abaissez avec le poing. Ce dégonflement après le premier temps de fermentation libère un peu du gaz que contient la pâte et accélère la fermentation en stimulant l'activité de la levure. Il a aussi pour effet de fractionner les grosses bulles d'air en plus petites, ce qui affine et améliore la texture du produit fini. Après avoir abaissé la pâte avec votre poing, ramenez-en les côtés vers le centre et renversez-la sur une planche, une toile ou une table légèrement enfarinées. Quelques minutes de repos, à ce point de l'opération, rendront la pâte plus facile à manipuler.



### 4 LA PÂTE EST FAÇONNÉE

Au moment d'être façonnée, la pâte est tiède et souple au toucher. S'il faut ajouter de la farine sur la planche pour le façonnage, n'en utilisez que très peu à la fois. Façonnez la pâte suivant les instructions données dans la recette. Voir aux pages 18 à 25 comment façonner les pâtes sucrées, blanches et de blé entier. Pour les pains blancs et de blé entier, voir pages 26 et 27. Les recettes de pains étrangers, aux formes plutôt inusitées, commencent en page 28. Une fois la pâte façonnée, faites-la lever une dernière fois dans un endroit modérément chaud.

## Conseils Pratiques

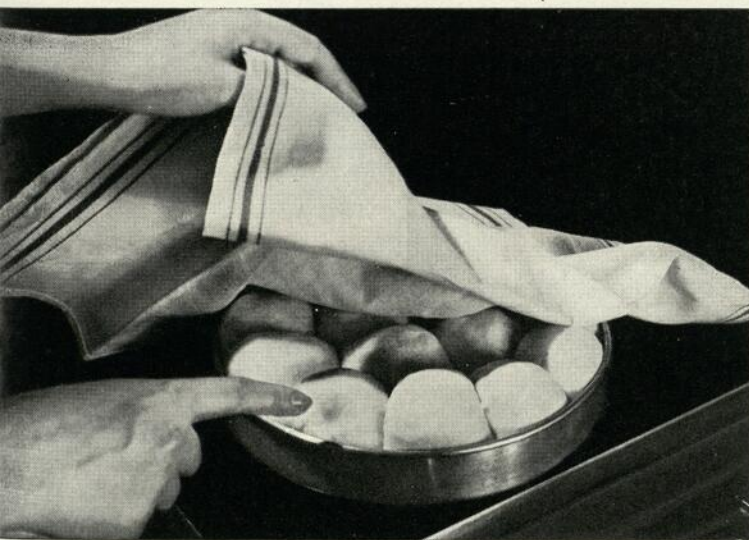
**Le four:** Quinze minutes avant la fin de la dernière fermentation, allumez le four. Si votre poêle n'a pas de thermostat, servez-vous d'un thermomètre à four. Placez les moules aussi près du centre que possible et ménagez entre eux des espaces permettant à l'air de circuler.

**Après la cuisson:** Démoulez les pains aussitôt cuits. Laissez-les refroidir sur un clayon en les espaçant pour que l'air circule bien, mais en les abritant des courants d'air qui pourraient fendiller la croûte. Faites-les refroidir complètement.

**L'emmagasinage:** Le mieux est de placer les pains dans un congélateur ou dans le tiroir de congélation du réfrigérateur à une température ne dépassant pas 10° F. Bien refroidi, scellé hermétiquement dans une enveloppe à l'épreuve de la vapeur et de l'humidité, et gardé au congélateur, le pain conservera sa fraîcheur pendant plusieurs semaines sans moisir.

La méthode courante consiste à le garder dans une boîte à pain bien aérée, à la température de la pièce. Le pain enveloppé dans du papier paraffiné reste frais plusieurs jours mais il est plus exposé à moisir que dans le congélateur.

On peut également le garder sur une tablette du réfrigérateur. Le pain enveloppé y reste frais plus longtemps et risque moins de moisir, mais il devient rassis plus rapidement que dans la boîte à pain.



### 5 LA PÂTE EST PRÊTE À CUIRE

Quand la pâte façonnée est légère et boursouflée, pressez-la doucement du bout du doigt. Si l'empreinte demeure, c'est que la pâte est prête à cuire. La pâte façonnée en pain est prête à cuire quand le milieu du pain dépasse quelque peu le bord du moule recommandé par la recette.

# Indices d'un bon pain



C'est par la dégustation qu'on juge, en définitive, la qualité des produits à base de levure . . . bien que leur arôme ne soit pas, loin de là, étranger à leur attrait! Quand un pain sent bon et qu'il a bon goût, c'est qu'il a été bien fait, quelle que soit la méthode de préparation utilisée. Il va de soi que "tous les goûts sont dans la nature". Un pain tendre aura la faveur des uns; un pain plus massif, celle des autres. Celui-ci préférera une croûte à peine dorée; celui-là, une croûte bien rôtie. Mais tout pain bien réussi se reconnaît aux indices suivants.

**VOLUME:** C'est le juste rapport qui doit exister entre la grosseur du pain ou de la brioche et son poids. Un pain trop massif vous paraîtra trop lourd pour sa grosseur, indice que la pâte n'aura pas fermenté de façon adéquate. Si par contre le pain vous semble trop léger, en proportion de sa grosseur, c'est qu'il a trop levé.

**FORME:** Un petit pain d'un bon volume sera bien dodu et gardera sa forme. Un pain bien fait est uniformément arrondi sur le dessus; il ne présente ni craquelures, ni bosses, ni dépressions. Les côtés sont relativement droits. Entre la croûte du côté et celle de dessus, une ligne de démarcation apparaît. Des deux côtés de cette ligne, la croûte devrait avoir une apparence identique.

Les pâtes sans pétrissage étant plus molles que les autres, le pain qui en résulte épouse la forme du moule. Surface et ligne de démarcation y sont moins régulières.

**CROÛTE:** L'idéal est une croûte lisse, sans taches, d'épaisseur moyenne afin d'être partout également croustillante. Les pains et la plupart des petits pains devraient présenter une croûte de couleur uniforme, d'un beau brun doré sur le dessus, et de teinte légèrement plus pâle sur les côtés.

**COULEUR DE LA MIE:** Après avoir tranché le pain ou rompu le petit pain, on pourra vérifier la couleur de la mie. Il faut ici tenir compte du genre de farine, du liquide, du sucre et des autres ingrédients employés. Si la pâte a été bien préparée et bien cuite, la mie ne devrait présenter aucune marbrure claire ou foncée.

Les oeufs donnent à la mie une couleur plus ou moins jaune, suivant la teinte du jaune d'oeuf et le nombre d'oeufs qui entrent dans la recette.

**TEXTURE:** Le pain une fois tranché, palpez-en la mie. Elle doit être douce et fine, sans avoir tendance à s'émietter.

**GRAIN:** Le pain a un beau grain quand les yeux ou bulles d'air dans la mie sont de forme et de grosseur régulières. Les pains pétris se caractérisent par l'absence de gros yeux; les bulles d'air y sont petites, à parois minces, et uniformément réparties. Dans les pains non pétris, les yeux sont moins réguliers et moins serrés les uns contre les autres.

**SAVEUR:** Un pain bien cuit a presque toujours un goût sucré, de noisette. La saveur du pain peut varier, suivant la nature et la quantité des condiments, épices et aromates qui entrent dans sa préparation.

**ARÔME:** C'est surtout par son délicieux arôme que le pain fraîchement cuit est si appétissant. La bonne odeur de levure qui s'en dégage ajoute considérablement à sa saveur, et c'est en fonction de celle-ci qu'on l'évalue habituellement.

**DÉGUSTATION:** C'est l'épreuve finale. La mie doit être tendre et souple, élastique sous la dent. On peut facilement la rompre pour en détacher un petit morceau. Roulez une parcelle du pain entre vos doigts; il doit vous sembler légèrement humide et céder sous la pression, mais reprendre sa forme initiale sitôt que cesse la pression.

----->

*L'attrayant assortiment de pains non pétris que nous illustrons ci-contre comprend: 1.—Pain en "lèche-frile", 2.—Pain aux Raisins, 3.—Brioche à l'Ananas et à la Noix de coco, 4.—Petits Pains Blancs, 5.—Gaufres, 6.—Petits Pains de Blé Entier.*



*Nouveaux pains éclair  
à la levure -*

4, 6

# Les pains non pétris



Si vous cuisez à la maison, vous avez sans doute déjà rêvé de connaître une façon nouvelle, rapide et facile de faire du pain à la levure. Or, votre rêve est sur le point de se réaliser.

Les recettes qui suivent sont simples et expéditives car elles substituent une pâte plus claire à la pâte à pain habituelle. Contenant plus d'eau proportionnellement à la farine, la pâte se mélange plus rapidement et n'a besoin d'être ni pétrie, ni façonnée. Elle ne lève qu'une seule fois, soit dans le bol ou dans le moule. Cette fermentation est cependant si importante qu'il faut suivre scrupuleusement les instructions de la recette. Une fois doublée de volume, la pâte paraît humide et quelque peu rugueuse. Sa surface est parsemée de petites bulles sous-jacentes. D'aspect moins tendu qu'une pâte pétrie, elle est légèrement arrondie et plutôt molle.

Les numéros des recettes correspondent aux photos de la page précédente.

## (1) PAIN NON PÉTRI OU EN "LÈCHEFRITE"

Donne 1 pain

Chauffer à ébullition.....  $\frac{3}{4}$  de tasse de lait  
Ajouter, en remuant.....  $\frac{1}{4}$  de tasse de sucre  
2 c. à thé de sel  
 $\frac{1}{4}$  de tasse de shortening

Laisser tiédir.

Entre temps, mesurer

dans un bol.....  $\frac{3}{4}$  de tasse d'eau tiède

Ajouter en remuant..... 2 c. à thé de sucre

Saupoudrer le contenu de..... 2 enveloppes de levure sèche active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.

En remuant, ajouter la

préparation de lait tiédi et.... 1 oeuf bien battu

Ajouter en brassant..... 3 tasses de farine tout-usage tamisée

Bien battre durant 2 minutes ou jusqu'à consistance lisse et élastique.

Raclar la paroi du bol.

Couvrir d'un linge humide. Laisser lever plus qu'au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, soit 40 minutes environ. Abaisser la pâte en la brassant et la verser dans un moule graissé d'une capacité de 6 tasses.

On peut également utiliser une lèchefrite carrée de 8 pouces ou un moule de 8 pouces muni d'un tube.

Cuire pendant 45 minutes environ dans un four chaud (400° F.).

## (2) PAIN AUX RAISINS

Donne 1 pain

Mélanger.....  $\frac{3}{4}$  de tasse d'eau bouillante  
 $\frac{1}{2}$  tasse de sucre  
 $1\frac{1}{2}$  c. à thé de sel  
 $\frac{1}{4}$  de tasse de shortening

Laisser tiédir.

Entre temps, mesurer

dans un bol.....  $\frac{1}{2}$  tasse d'eau tiède

Ajouter en remuant..... 2 c. à thé de sucre

Saupoudrer le contenu de..... 2 enveloppes de levure sèche active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.

En brassant, ajouter la préparation d'eau tiédie.

Ajouter ensuite..... 1 oeuf bien battu

3 tasses de farine tout-usage

tamisée

1 tasse de raisins épépinés

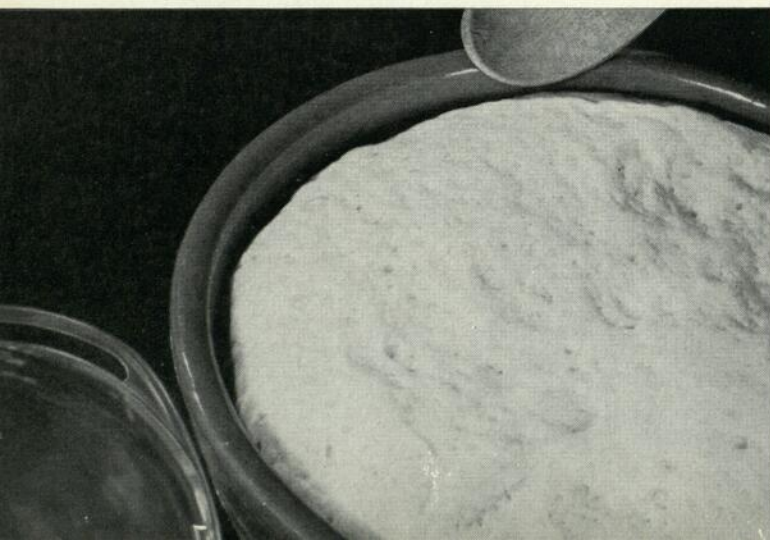
Battre jusqu'à homogénéité, soit environ 2 minutes.

Raclar la paroi du bol. Couvrir d'un linge humide.

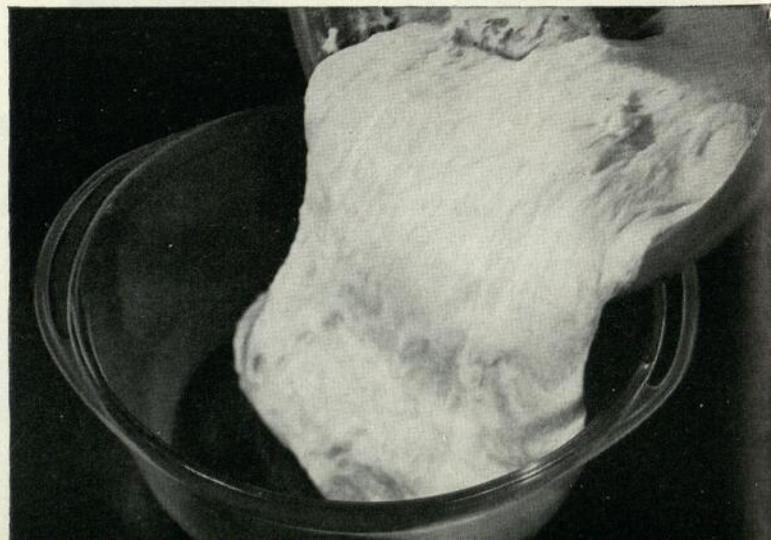
Laisser lever plus qu'au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, soit 50 minutes environ. Abaisser la pâte en la brassant. La verser dans un moule graissé d'une capacité de 6 tasses.

Cuire pendant 40 ou 45 minutes dans un four chaud (400° F.).

La pâte lève dans le bol jusqu'à consistance légère et spongieuse.



La pâte est brassée et versée dans une "lèchefrite" ou un moule.



### (3) BRIOCHE À L'ANANAS ET À LA NOIX DE COCO

Donne 1 brioche

Dans un moule à gâteau carré de 8 pouces faire fondre... 3 c. à table de beurre  
 Saupoudrer ..... 2 c. à table de cassonade  
 Bien égoutter, puis ajouter .... ½ tasse de noix de coco râpée  
 Chauffer à ébullition..... ½ de tasse d'ananas déchiqueté  
 Ajouter en remuant ..... ½ de tasse de lait  
 ½ de tasse de sucre  
 ¾ de c. à thé de sel  
 ¼ de tasse de shortening

Laisser tiédir.

Entre temps, mesurer dans un bol ..... ½ tasse d'eau tiède  
 Ajouter en remuant ..... 1 c. à thé de sucre  
 Saupoudrer le contenu de ..... 1 enveloppe de levure sèche active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.

Ajouter en remuant la préparation de lait tiédi.  
 Ajouter ..... 1 oeuf bien battu  
 ½ c. à thé de vanille  
 2 tasses de farine tout-usage tamisée

Battre jusqu'à homogénéité, soit 2 minutes environ. Verser la pâte dans le moule préparé à cet effet et égaliser. Couvrir avec un linge humide. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, soit 1 heure et 15 minutes environ.

Cuire environ 35 minutes à four modérément chaud (375° F). Démouler immédiatement. Servir chaud.

### BRIOCHE À L'ORANGE

Donne 1 brioche

Dans un moule à gâteau carré de 8 pouces faire fondre... 3 c. à table de beurre  
 Saupoudrer ..... ¼ de tasse de cassonade légèrement pressée  
 Disposer sur le sucre ..... 2 oranges pelées, divisées en sections

Procéder comme pour la Brioche à l'Ananas et à la Noix de Coco.

### (4) PETITS PAINS BLANCS (pâte non pétrie)

Donne 12 petits pains

Chauffer à ébullition..... ¾ de tasse de lait  
 Ajouter en remuant ..... 3 c. à table de sucre  
 1 c. à thé de sel  
 ¼ de tasse de shortening

Laisser tiédir.

Entre temps, mesurer dans un bol ..... ½ tasse d'eau tiède  
 Ajouter en remuant ..... 2 c. à thé de sucre  
 Saupoudrer le contenu de ..... 2 enveloppes de levure sèche active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.

Ajouter en brassant la préparation de lait tiédi.  
 Ajouter ..... 2 tasses de farine tout-usage tamisée

Battre jusqu'à homogénéité, soit 2 minutes environ.

Raclar la paroi du bol.

Couvrir avec un linge humide. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, environ 40 minutes.

Abaïsser la pâte en brassant.

Remplir aux ¾ environ des moules à muffins graissés, de grandeur moyenne.

Cuire de 20 à 25 minutes à four chaud (400° F).

### (5) GAUFRES

Donne 6 ou 8 portions

Chauffer à ébullition ..... ½ tasse de lait  
 Ajouter en remuant ..... ½ de tasse de sucre  
 2 c. à thé de sel  
 ½ tasse de beurre

Laisser tiédir.

Entre temps, mesurer dans un bol ..... ½ tasse d'eau tiède  
 Ajouter en remuant ..... 2 c. à thé de sucre  
 Saupoudrer le contenu de ..... 2 enveloppes de levure sèche active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.

En brassant, ajouter la préparation de lait tiédi.

Ajouter en brassant ..... 2 oeufs bien battus  
 2 c. à thé de vanille  
 2 tasses de farine tout-usage tamisée

Battre jusqu'à ce que lisse. (La pâte doit être très claire.)

Raclar la paroi du bol.

Couvrir avec un linge humide. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, environ 40 minutes.

Abaïsser la pâte en brassant.

Cuire sur un gaufrier modérément chaud, jusqu'à ce que doré, environ 5 minutes.

Servir avec du beurre et du sirop chaud.

### (6) PETITS PAINS DE BLÉ ENTIER

(pâte non pétrie)

Donne 12 petits pains

Chauffer à ébullition..... 1 tasse de lait  
 Ajouter en remuant ..... ¼ de tasse de cassonade légèrement pressée  
 2 c. à thé de sel  
 ¼ de tasse de shortening

Laisser tiédir.

Entre temps, mesurer dans un bol ..... ½ tasse d'eau tiède  
 Ajouter en remuant ..... 2 c. à thé de sucre  
 Saupoudrer le contenu de ..... 2 enveloppes de levure sèche active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.

Ajouter en remuant la préparation de lait tiédi, ainsi que ..... 1 oeuf bien battu

En brassant, ajouter un mélange de ..... ¼ tasse de farine de blé entier  
 1 tasse de farine tout-usage tamisée

Bien battre pendant 2 minutes ou jusqu'à ce que lisse et élastique. Raclar la paroi du bol. Couvrir avec un linge humide. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, environ 40 minutes.

Abaïsser la pâte en brassant.

Remplir aux ¾ environ des moules à muffins graissés, de grandeur moyenne.

Cuire 25 minutes environ à four chaud (400° F).

### BRIOCHES AUX NOIX ET AU MIEL

Donne 12 brioches

Préparer la recette de Petits Pains de Blé Entier donnée ci-dessus. Pendant que la pâte lève, préparer un sirop au miel en utilisant la moitié de la recette de la page 25. Dans chaque moule à muffin, déposer 2 c. à thé de sirop au miel et 1 c. à table de noix grenoble hachées. Procéder ensuite comme pour les Petits Pains de Blé Entier.



# Pains et brioches de fantaisie

Les pâtes à la levure se prêtent à d'innombrables variations. Ainsi, une même pâte de base sucrée peut être façonnée en n'importe laquelle des formes décrites aux pages 20, 21 et 22 et illustrées ci-contre, où les formes conventionnelles voisinent avec des formes nouvelles et originales.

En page 23, vous trouverez deux autres recettes: l'une, de Petits Pains Blancs et l'autre, de Pâte Réfrigérateur. La page 25 vous offre une recette de Petits Pains de Blé Entier. Avec ces trois recettes, vous avez un choix de neuf formes différentes de petits pains.

Rien de plus simple que de façonner des petits pains et des brioches si vous suivez bien les instructions. Une règle vous sera utile pour mesurer les morceaux de pâte que vous aurez à découper dans la confection des petits pains en trèfles, des brioches à la cannelle, et autres. Pour découper la pâte, servez-vous d'un couteau bien aiguisé, qui tranche net; autrement, vous risquez que vos petits pains soient difformes. Les instructions données ici sur le façonnement de la pâte vous permettront de procéder rapidement et d'obtenir des résultats uniformes.

## PÂTE SUCRÉE

(Méthode de Fermentation Directe)

Chauffer à ébullition..... ½ tasse de lait  
Ajouter en remuant..... ½ tasse de sucre  
1½ c. à thé de sel  
¼ de tasse de shortening

Laisser tiédir.

Entre temps, mesurer dans un bol..... ½ tasse d'eau tiède  
Ajouter en remuant..... 2 c. à thé de sucre  
Saupoudrer le contenu de..... 2 enveloppes de levure sèche active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.  
En remuant, ajouter la préparation de lait tiédi.  
Ajouter en battant..... 2 oeufs bien battus  
2 tasses de farine tout-usage tamisée

Battre jusqu'à homogénéité.  
Ajouter encore en brassant.... 2 tasses (environ) de farine tout-usage tamisée

Renverser la pâte sur une planche ou une toile légèrement enfarinées.

Pétrir jusqu'à consistance lisse et élastique.

Déposer dans un bol graissé; badigeonner le dessus de shortening fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air—environ 1 heure.

Abaisser la pâte; la renverser sur une planche ou une toile légèrement enfarinées.

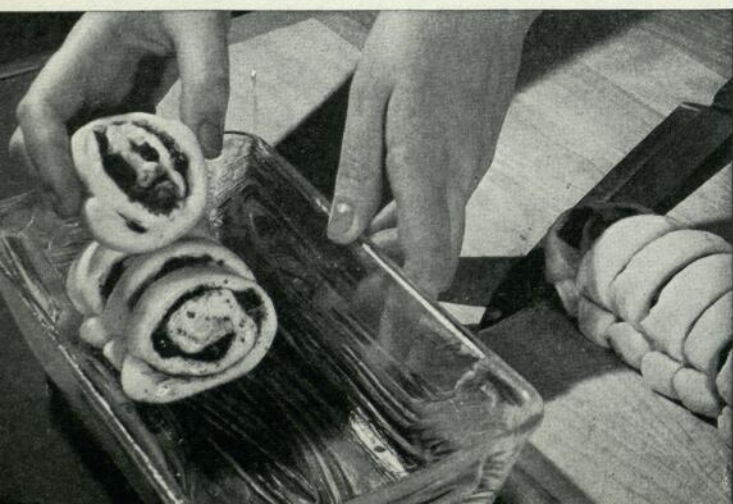
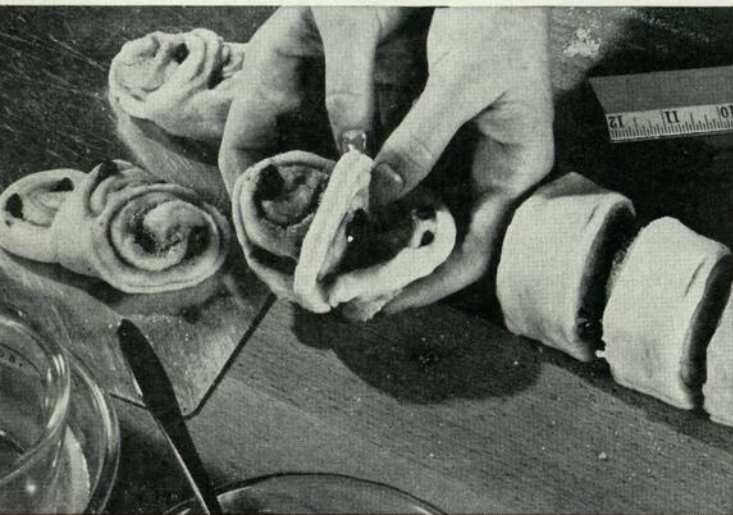
Finir tel qu'indiqué aux pages 20, 21 ou 22.

### Pâte Sucrée plus vite faite (à Fermentation Rapide):

Faire dissoudre 3 cuillerées à thé de sucre dans la ½ tasse d'eau tiède et employer 3 enveloppes de levure plutôt que 2.

La durée de fermentation sera réduite à environ 45 minutes.

Les petits pains et brioches illustrés ci-contre se servent avantageusement en toute circonstance. La Brioche au Miel et aux Amandes, ornée d'une glace lustrée, constitue un dessert parfait. La Brioche Tressée aux Dattes, recouverte de sucre à la cannelle, accompagne à merveille le café, le thé ou le verre de lait. Le plateau présente un assortiment de petits pains, blancs ou de blé entier, en Trèfles, Trèfles à Quatre Feuilles, Spirales, Eventails, ainsi que des brioches: Boulons de Roses, Feuilles de Palmier, Tortillons et Brioches à la Cannelle.



## FEUILLES DE PALMIER

Donne 16 brioches

Préparer une recette de Pâte Sucrée (voir page 19).

Diviser la pâte en deux; abaisser chaque moitié au rouleau en un rectangle de 9" x 12".

Badigeonner copieusement de beurre fondu.

Parsemer sur chaque rectangle la moitié

d'un mélange de..... **1 tasse de cassonade légèrement pressée**  
**2 c. à thé de cannelle moulue**  
**2/3 de tasse de raisins secs**

Rouler comme pour un rouleau à la gelée, en partant d'un des côtés longs. Sceller les bords. Couper en huit tranches égales (d'environ 1 1/2" d'épaisseur).

Dans chacune, pratiquer deux incisions, parallèles aux côtés coupés, et traversant toute la tranche moins 1/2 pouce. Sur une plaque graissée, déposer chaque tranche à plat et l'ouvrir en écartant les trois sections à la façon d'un éventail, tel qu'illustré.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure, par la méthode de Fermentation Directe; par la méthode de Fermentation Rapide, environ 30 minutes.)

Cuire à four modéré (350° F) environ 20 minutes.

Glacer les brioches encore chaudes avec la Glace de Confiseur dont la recette suit.

## GLACE DE CONFISEUR

Mélanger..... **1 tasse de sucre à glacer tamisé**  
**1/4 de c. à thé de vanille**  
et assez de..... **lait**  
pour obtenir une glace ferme.

## BRIOCHES À LA CANNELLE

Donne 18 brioches

Préparer une recette de Pâte Sucrée (voir page 19).

Diviser la pâte en deux; abaisser chaque moitié au rouleau en un rectangle de 9" x 12".

Badigeonner copieusement de beurre fondu.

Parsemer sur chaque rectangle la moitié

d'un mélange de..... **1 tasse de cassonade légèrement pressée**  
**2 c. à thé de cannelle moulue**  
**2/3 de tasse de raisins secs**

Rouler comme pour un rouleau à la gelée, en partant d'un des côtés courts. Sceller les bords. Couper en 9 tranches égales (environ 1 pouce d'épaisseur).

Disposer à plat dans des moules à gâteaux ronds de 8 ou 9 pouces, ou carrés de 8 pouces, graissés.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure, par la méthode de Fermentation Directe; par la méthode de Fermentation Rapide, environ 30 minutes.)

Cuire à four modéré (350° F) environ 35 minutes.

Glacer les brioches encore chaudes avec la Glace de Confiseur (recette ci-dessus).

## PAIN DE BRIOCHES À LA CANNELLE

Donne 2 pains

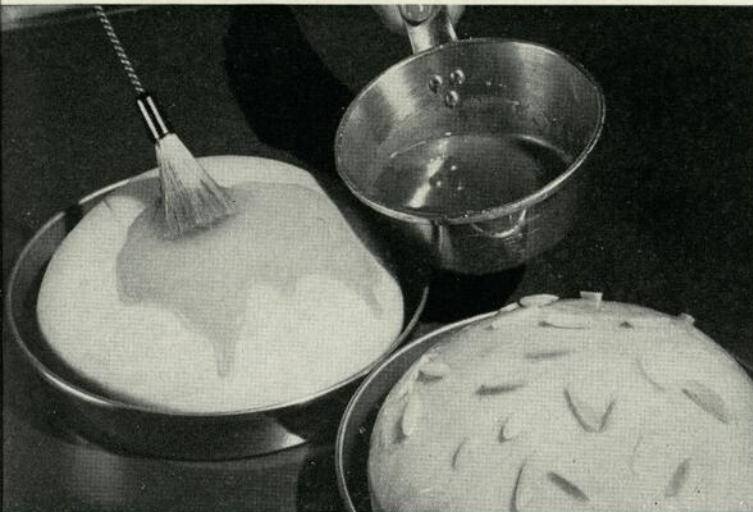
Procéder comme pour les Brioches à la Cannelle, coupant chaque rouleau de 9 pouces en 9 ou 10 tranches égales.

Disposer les tranches, tel qu'illustré, dans un moule à pain graissé (8 1/2" x 4 1/2", mesure du haut à l'intérieur).

Badigeonner légèrement de beurre fondu. Couvrir.

Laisser lever tel qu'indiqué pour les Brioches à la Cannelle.

Cuire à four modéré (350° F) environ 35 minutes.



## BRIOCHE AU MIEL ET AUX AMANDES

Donne 2 brioches

Préparer une recette de Pâte Sucrée (voir page 19).

Diviser la pâte en deux; façonner chaque moitié en une boule lisse.

Déposer dans des moules à gâteaux-étages ronds de 8 pouces, graissés.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure, par la méthode de Fermentation Directe; par la méthode de Fermentation Rapide, environ 30 minutes.)

Mélanger dans une casserole..  $\frac{1}{4}$  de tasse de sucre  
 $\frac{1}{2}$  tasse de miel liquide  
 2 c. à table de beurre

Chauffer à ébullition.

Badigeonner le dessus des brioches avec la moitié du sirop au miel.

Préparer.....  $\frac{1}{4}$  de tasse d'amandes émondées,  
 en fines lamelles

et en parsemer la moitié sur chaque brioche.

Cuire à four modéré (350° F) environ 35 minutes.

Badigeonner les brioches encore chaudes avec le reste du sirop. Laisser refroidir sur des clayons à gâteaux.

On peut trancher les brioches en étages et les reconstituer avec une garniture de gelée ou de confiture épaisse, ou avec du beurre de miel ou d'arachides.

On peut également les servir en tranches beurrées et tartinées de gelée ou de confiture.

## BRIOCHE TRESSÉE AUX DATTES

Donne 2 brioches

Préparer une recette de Pâte Sucrée (voir page 19). Pendant que la pâte lève, apprêter la Garniture aux Dattes:

Mélanger dans une casserole..  $1\frac{1}{2}$  tasse de dattes dénoyautées,  
 hachées  
 $\frac{1}{3}$  de tasse de cassonade légèrement pressée  
 1 tasse d'eau  
 $\frac{3}{4}$  de tasse de noix hachées  
 $1\frac{1}{2}$  c. à table de jus de citron

Chauffer à ébullition sur feu moyen, brassant sans arrêt, et laisser bouillir jusqu'à consistance assez épaisse pour s'étendre. Laisser refroidir.

Diviser la pâte sucrée en deux.

Abaisser chaque moitié au rouleau en un rectangle de 16" x 8". Étendre la moitié de la garniture aux dattes au centre de chaque rectangle pour en couvrir toute la longueur. Faire 15 incisions dans la pâte de chaque côté de la garniture, ce qui donne des bandes d'environ 1 pouce de largeur.

Tresser ces bandes en les croisant sur la garniture. Déposer sur des plaques graissées. On peut réunir et sceller les deux bouts pour former un anneau. Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure, par la méthode de Fermentation Directe; par la méthode de Fermentation Rapide, environ 30 minutes.)

Battre ensemble..... 1 jaune d'oeuf  
 2 c. à table de lait

Badigeonner les brioches avec cette préparation.

Mélanger..... 2 c. à table de beurre  
 2 c. à table de sucre

$\frac{1}{3}$  de tasse de farine tout-usage tamisée

$\frac{1}{2}$  c. à thé de cannelle moulue

En saupoudrer la moitié sur chaque brioche.

Cuire à four modéré (350° F) environ 35 minutes.

## TORTILLONS À LA CANNELLE

Donne 24 brioches

Préparer une recette de Pâte Sucrée (voir page 19).

Diviser la pâte en deux; abaisser chaque moitié au rouleau en un carré de 12 pouces.

Badigeonner copieusement de beurre fondu.

Mélanger..... **1 tasse de sucre**  
**1 c. à table de cannelle moulue**

Saupoudrer 3 c. à table de sucre à la cannelle sur le tiers central de chaque carré.

Replier un tiers de la pâte par-dessus ce tiers central.

Badigeonner copieusement de beurre fondu.

Saupoudrer encore 3 c. à table de sucre à la cannelle, tel qu'illustré.

Ramener le dernier tiers de pâte par-dessus les deux autres. Sceller. Couper en bandes d'environ 1 pouce de largeur.

Prenant chaque bande par les deux bouts, la tordre d'un mouvement ferme, tel qu'illustré.

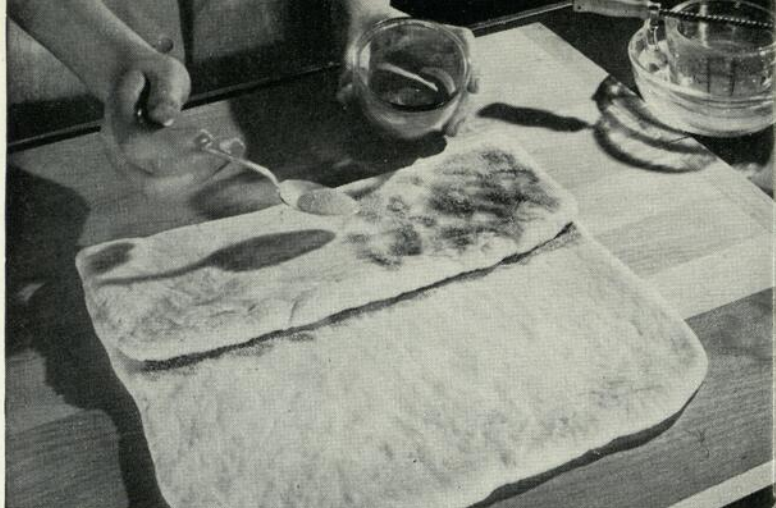
Déposer les tortillons sur des plaques graissées.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Saupoudrer le reste du sucre à la cannelle.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure, par la méthode de Fermentation Directe; par la méthode de Fermentation Rapide, environ 30 minutes.)

Cuire à four modéré (350°F) environ 20 minutes.



## BOUTONS DE ROSES

Donne 24 brioches

Préparer une recette de Pâte Sucrée (voir page 19).

Diviser la pâte en deux; abaisser chaque moitié au rouleau en un carré de 12 pouces.

Mesurer..... **½ tasse de confiture épaisse, soit:**  
**fraises, framboises ou abricots**

et en étendre la moitié sur chaque carré de pâte.

Rouler comme pour un rouleau à la gelée.

Couper en 12 tranches égales (d'environ 1 pouce de largeur).

Déposer à plat dans des moules à muffins graissés.

Avec des ciseaux, faire une incision en croix de ½ pouce d'épaisseur dans chaque brioche, tel qu'illustré.

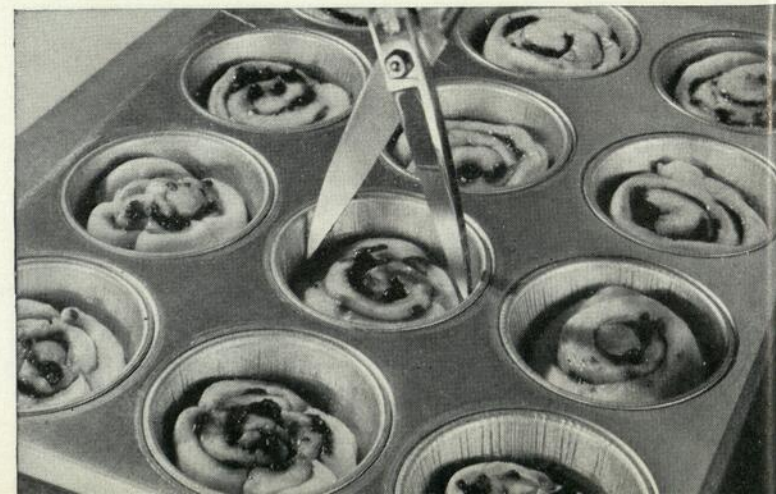
Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure, par la méthode de Fermentation Directe; par la méthode de Fermentation Rapide, environ 30 minutes.)

Battre ensemble..... **1 jaune d'oeuf**  
**2 c. à table de lait**

Badigeonner les brioches avec cette préparation.

Cuire à four modéré (350°F) environ 25 minutes.

Glacer les brioches encore chaudes avec la Glace de Confiseur dont la recette est donnée en page 20.



## PETITS PAINS BLANCS

(Méthode de Fermentation Directe)

Chauffer à ébullition..... 1 tasse de lait  
En remuant, ajouter.....  $\frac{1}{3}$  de tasse de sucre  
2  $\frac{1}{4}$  c. à thé de sel  
6 c. à table de shortening

Laisser tiédir.

Entre temps, mesurer

dans un bol.....  $\frac{1}{2}$  tasse d'eau tiède

En remuant, ajouter..... 2 c. à thé de sucre

Saupoudrer le contenu de..... 2 enveloppes de levure sèche active  
Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.

Ajouter en remuant la préparation de lait tiédi.

Ajouter..... 2 tasses de farine tout-usage  
tamisée

Battre jusqu'à homogénéité.

Ajouter encore, en brassant..  $1\frac{1}{4}$  tasse (environ) de farine tout-usage tamisée

Renverser la pâte sur une planche ou une toile légèrement enfarinée. Pétrir jusqu'à consistance lisse et élastique. Déposer dans un bol graissé; badigeonner le dessus de shortening fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air -- environ 1 heure.

Abaïsser la pâte; la renverser sur planche ou toile légèrement enfarinée.

Finir tel qu'indiqué aux pages 23, 24 ou 25.

### Petits Pains plus vite faits (à Fermentation Rapide):

Faire dissoudre 3 c. à thé de sucre dans la  $\frac{1}{2}$  tasse d'eau tiède et employer 3 enveloppes de levure au lieu de 2. La durée de fermentation sera réduite à environ 40 minutes.

## PETITS PAINS RÉFRIGÉRATEUR

(Méthode de Fermentation Directe)

Chauffer à ébullition.....  $\frac{3}{4}$  de tasse de lait  
Ajouter en remuant..... 6 c. à table de sucre  
1 c. à table de sel  
5 c. à table de shortening

Laisser tiédir.

Entre temps, mesurer

dans un bol.....  $\frac{1}{2}$  tasse d'eau tiède

Ajouter en remuant..... 2 c. à thé de sucre

Saupoudrer le contenu de..... 2 enveloppes de levure sèche active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.

Ajouter en remuant la préparation de lait tiédi.

Ajouter..... 1 oeuf bien battu  
2 tasses de farine tout-usage  
tamisée

Battre jusqu'à consistance lisse.

Ajouter encore, en brassant.. 2 tasses (environ) de farine tout-usage tamisée

Déposer dans un bol graissé; badigeonner le dessus de shortening fondu. Couvrir hermétiquement de papier paraffiné ou d'une feuille d'aluminium. Garder au réfrigérateur au moins 2 heures ou jusqu'au moment d'employer. (La pâte se conservera 2 ou 3 jours.)

Le moment venu, abaïsser la pâte et en couper la quantité requise.

Finir tel qu'indiqué aux pages 23, 24 ou 25.

## PETITS PAINS MOLLETS

Donne 24 petits pains

Préparer l'une ou l'autre des pâtes ci-dessus.

Diviser la pâte en deux; façonner chaque moitié en un rouleau de 12 pouces.

Couper chaque rouleau en 12 tranches égales; les façonner en boules lisses.

Déposer dans des moules à gâteaux-étages ronds de 8 ou 9 pouces, ou carrés de 8 pouces.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure, par la méthode de Fermentation Directe; par la méthode de Fermentation Rapide, environ 30 minutes; la Pâte Réfrigérateur prend environ 1 heure.)

Cuire dans un four modérément chaud (375 °F) environ 25 minutes.

## PETITS PAINS EN BOURSES

Donne 24 petits pains

Préparer l'une ou l'autre des pâtes ci-dessus.

Diviser la pâte en deux; façonner chaque moitié en un rouleau de 12 pouces.

Couper chaque rouleau en 12 tranches égales; les façonner en boules lisses.

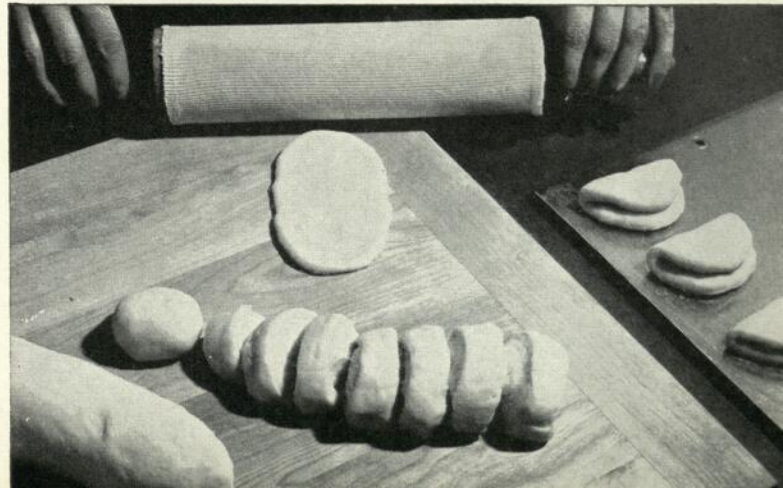
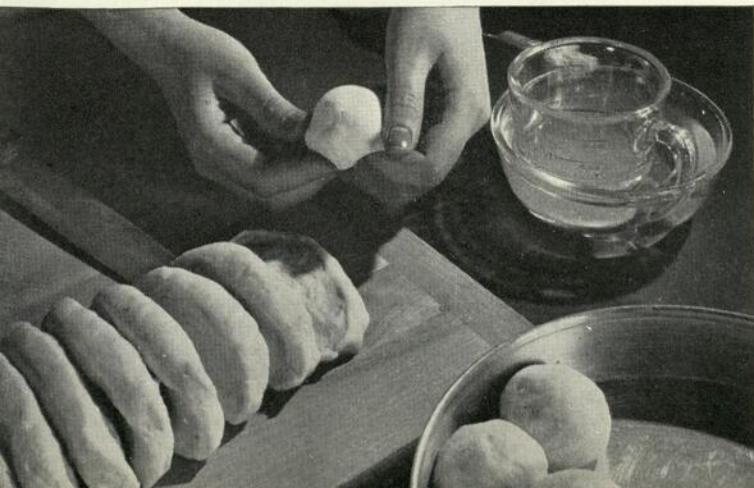
Abaïsser chacune au rouleau en un ovale de 2  $\frac{1}{2}$ " par 3  $\frac{1}{2}$ " tel qu'illustré; plier en deux.

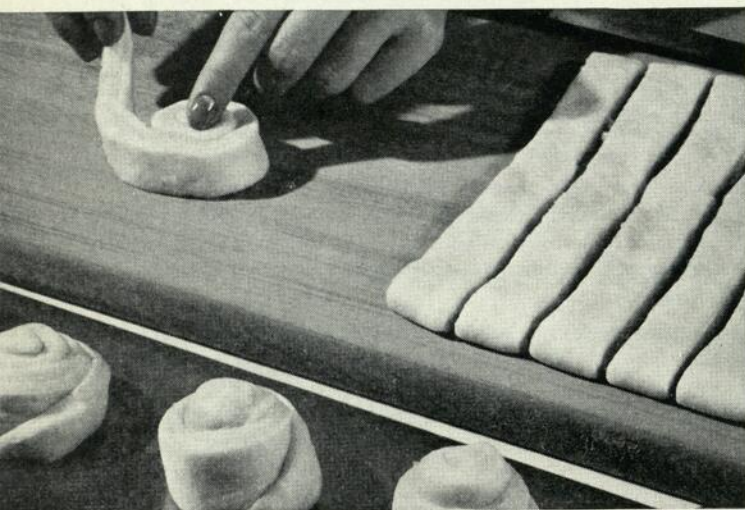
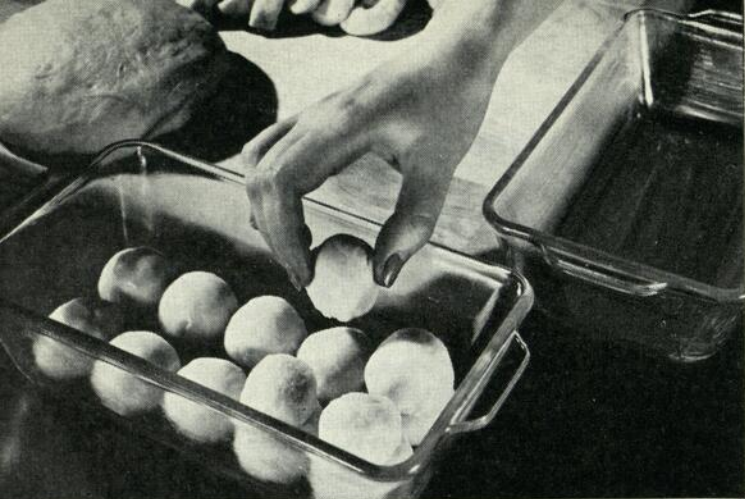
Déposer sur des plaques graissées et presser légèrement les bords.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure, par la méthode de Fermentation Directe; par la méthode de Fermentation Rapide, environ 30 minutes; la Pâte Réfrigérateur prend environ 1 heure.)

Cuire à four chaud (400 °F) environ 15 minutes.





## PAIN-BOULETTES

*Donne 2 pains*

Préparer l'une ou l'autre des pâtes à petits pains en page 23. Diviser la pâte en deux; façonner chaque moitié en un rouleau de 12 pouces.

Couper chaque rouleau en 24 tranches égales; les façonner en autant de boulettes lisses.

Graisser 2 moules à pain de 8½" x 4½" (mesure intérieure du haut) ou 2 moules de 8" munis d'un tube; dans chacun, disposer un lit de boulettes.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Disposer un second lit de boulettes par-dessus le premier, tel qu'illustré.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure par la méthode de Fermentation Directe; par la méthode de Fermentation Rapide, environ 30 minutes; la Pâte Réfrigérateur prend environ 1 heure.) Cuire à four modérément chaud (375°F) environ 30 minutes.

## SPIRALES

*Donne 24 petits pains*

Préparer l'une ou l'autre des pâtes à petits pains en page 23.

Diviser la pâte en deux; abaisser chaque moitié au rouleau en un rectangle de 12" x 9".

Badigeonner copieusement de beurre fondu.

Couper chaque rectangle en 12 bandes (d'environ 1 pouce de largeur).

Prendre une bande fermement par le bout et l'enrouler sur elle-même, tel qu'illustré; rentrer le bout par en-dessous.

Procéder de la même façon pour les autres bandes.

Déposer sur des plaques graissées.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure, par la méthode de Fermentation Directe; par la méthode de Fermentation Rapide, environ 30 minutes; la Pâte Réfrigérateur prend environ 1 heure.) Cuire à four chaud (400°F) environ 15 minutes.

## ÉVENTAILS

*Donne 18 petits pains*

Préparer l'une ou l'autre des pâtes à petits pains en page 23.

Diviser la pâte en trois parties égales; abaisser chacune au rouleau en un rectangle de 10½" par 9".

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couper chaque rectangle en 7 bandes de 1½" de largeur.

Empiler les bandes.

Couper la pile en 6 morceaux égaux de 1½" de largeur, tel qu'illustré.

Les déposer, sur le côté coupé, dans des moules à muffins graissés.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure, par la méthode de Fermentation Directe; par la méthode de Fermentation Rapide, environ 30 minutes; la Pâte Réfrigérateur prend environ 1 heure.) Cuire à four chaud (400°F) environ 15 minutes.

## CROISSANTS

*Donne 24 petits pains*

Préparer l'une ou l'autre des pâtes à petits pains en page 23.

Diviser la pâte en 3 parties égales.

Abaisser chaque partie au rouleau en un cercle de 9 pouces.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couper en 8 triangles.

Enrouler très serré en commençant par la base du triangle. Sceller les pointes.

Déposer sur des plaques graissées, les pointes par en-dessous.

Arquer les rouleaux en forme de croissants.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure par la méthode de Fermentation Directe; par la méthode de Fermentation Rapide, environ 30 minutes; la Pâte Réfrigérateur prend environ 1 heure.)

Cuire à four chaud (400°F) environ 15 minutes.

## PETITS PAINS DE BLÉ ENTIER

(Méthode de Fermentation Directe)

Chauffer à ébullition..... 1 tasse de lait  
Ajouter en remuant..... 1/3 de tasse de cassonade légèrement pressée  
3 c. à thé de sel  
1/3 de tasse de shortening

Laisser tiédir.

Entre temps, mesurer

dans un bol..... 1/2 tasse d'eau tiède

Ajouter en remuant..... 1 c. à thé de sucre

Saupoudrer le contenu de..... 1 enveloppe de levure sèche active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.

Ajouter en remuant la préparation de lait tiédi.

Mélanger..... 2 tasses de farine de blé entier  
2 tasses de farine tout-usage tamisée

Verser dans la levure dissoute la moitié du mélange de farine; battre en pâte lisse. Ajouter en brassant le reste de la farine.

Renverser la pâte sur une planche ou une toile légèrement enfarinées. Pétrir jusqu'à consistance lisse et élastique.

Déposer dans un bol graissé; badigeonner le dessus de shortening fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air - - environ 1 heure et 20 minutes.

Abaisser la pâte; la renverser sur une planche ou une toile légèrement enfarinées.

Procéder suivant les instructions données plus bas pour les Petits Pains en Trèfles, les Trèfles à Quatre Feuilles ou les Petits Pains au Miel et aux Pacanes.

## PETITS PAINS EN TRÈFLES

Donne 18 petits pains

Préparer l'une ou l'autre des pâtes à petits pains en page 23 ou celle des petits pains de blé entier ci-dessus.

Diviser la pâte en deux; façonner chaque moitié en un rouleau de 9 pouces.

Couper chacun en 9 morceaux égaux.

Couper chaque morceau en 3 et façonner en boulettes lisses.

Placer 3 boulettes dans chaque section d'une plaque à muffins graissée.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure pour les pâtes de Blé Entier, Blanche ou Réfrigérateur; environ 30 minutes pour les pâtes à Fermentation Rapide.)

Cuire à four chaud (400°F) de 15 à 20 minutes pour les Petits Pains de Blé Entier, environ 15 minutes pour les autres.

## TRÈFLES À QUATRE FEUILLES

Donne 18 petits pains

Préparer l'une ou l'autre des pâtes à petits pains en page 23 ou la pâte à petits pains de blé entier ci-dessus.

Diviser la pâte en deux; façonner chaque moitié en un rouleau de 9 pouces.

Couper chaque rouleau en 9 morceaux égaux; les façonner en boules lisses. Les placer dans des moules à muffins graissés.

Avec les ciseaux, couper chaque boule en deux, puis en quatre, en coupant presque jusqu'au fond de la boule.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure pour les pâtes de Blé Entier, Blanche ou Réfrigérateur; environ 30 minutes pour les pâtes à Fermentation Rapide.)

Cuire à four chaud (400°F) de 15 à 20 minutes pour les Petits Pains de Blé Entier, environ 15 minutes pour les autres.

## PETITS PAINS AU MIEL ET AUX PACANES

Donne 24 petits pains

Préparer l'une ou l'autre des pâtes à petits pains en page 23 ou la pâte à petits pains de blé entier ci-dessus.

Pendant que la pâte lève, préparer le sirop suivant.

### SIROP AU MIEL:

Mélanger..... 1/3 de tasse de cassonade légèrement pressée  
1/3 de tasse de miel liquide  
3 c. à table de beurre fondu

Prendre deux moules carrés de 8 pouces et dans chacun verser la moitié du sirop.

Disposer dans chaque moule.. 1/2 tasse de moitiés de pacanes

Diviser la pâte en deux; façonner chaque moitié en un rouleau de 12 pouces.

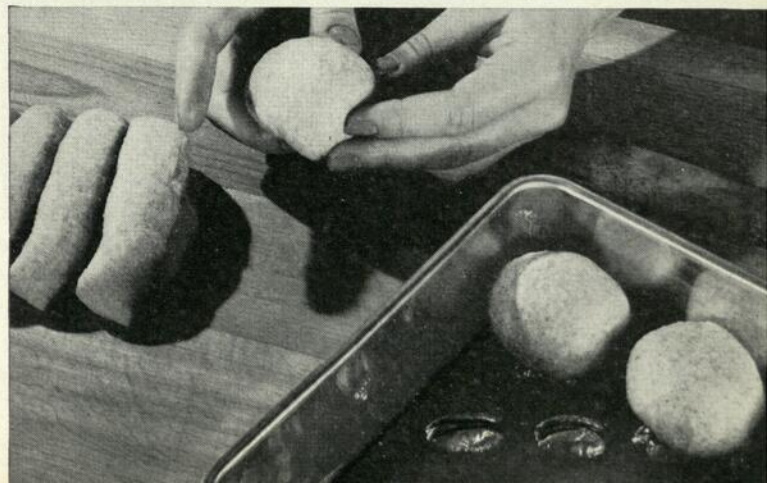
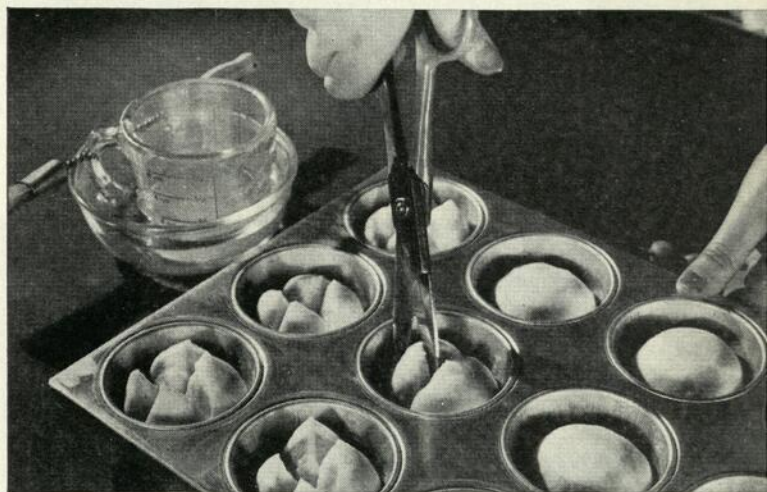
Couper chacun en 12 morceaux égaux; les façonner en boules lisses. Les disposer dans le moule préparé.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air. (Environ 1 heure pour les pâtes de Blé Entier, Blanche ou Réfrigérateur; environ 30 minutes pour les pâtes à Fermentation Rapide.)

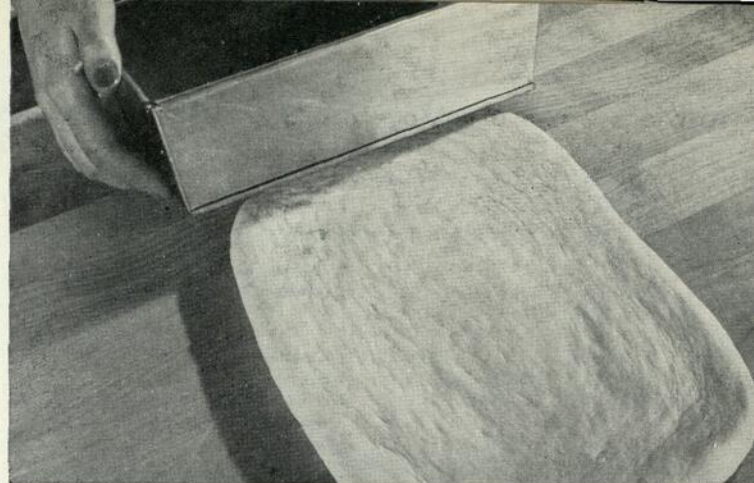
Cuire à four chaud (400°F) de 25 à 30 minutes.

Démouler immédiatement.

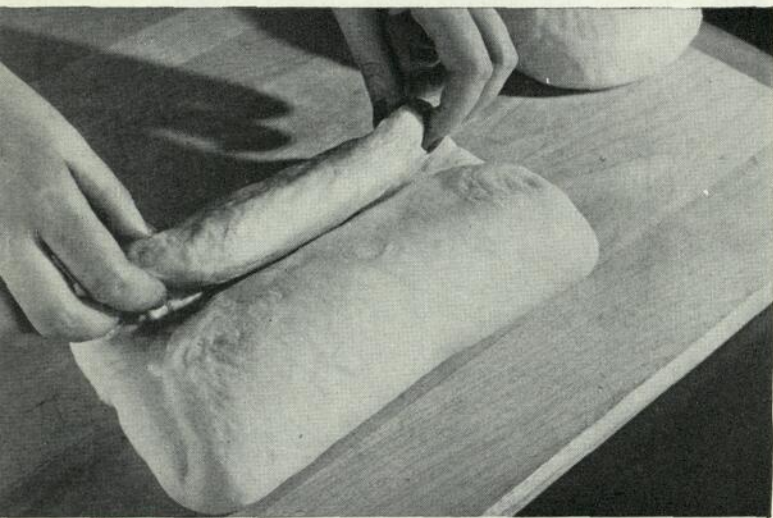




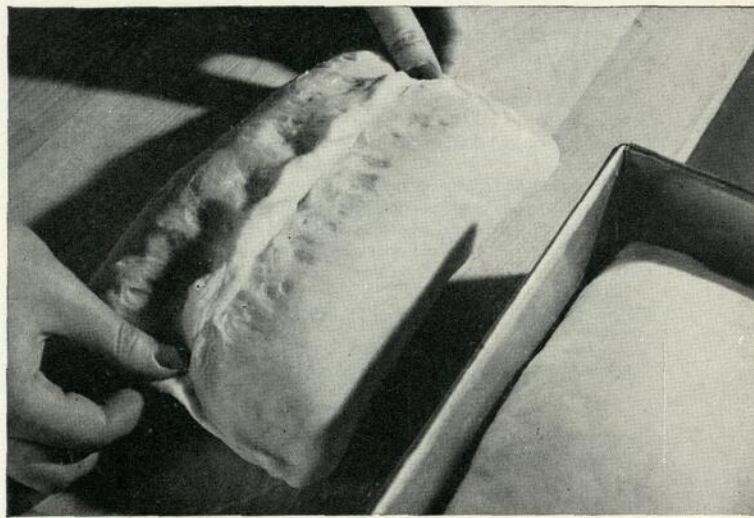
**1** Sur la planche ou la toile à pâtisserie, façonnez la pâte en une boule lisse. Coupez-la en deux avec un couteau bien aiguisé. Avec vos doigts, aplatissez l'une des deux moitiés.



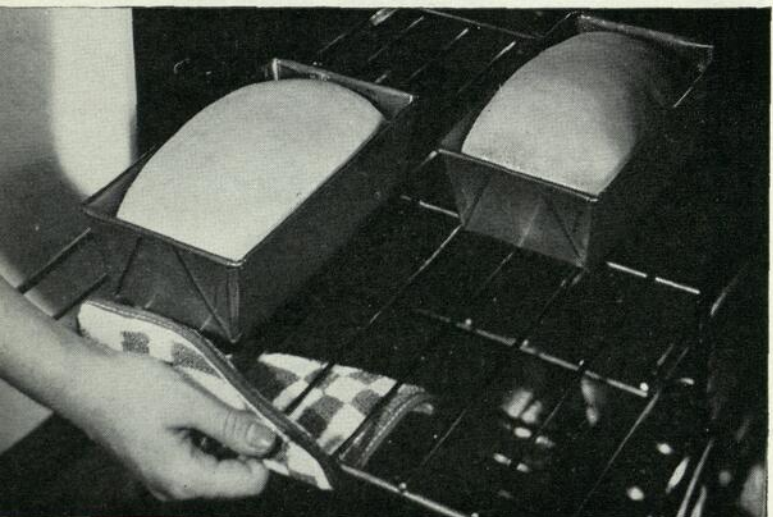
**2** Pressez la pâte ainsi aplatie en un rectangle d'environ 9" x 7" x 1". La largeur du rectangle doit correspondre à peu près à la longueur de votre moule.



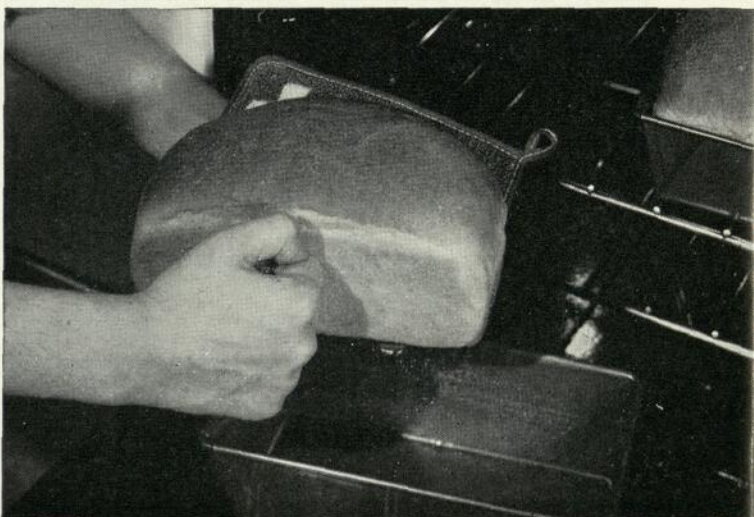
**3** Ramenez vers le centre les deux extrémités du rectangle en les superposant légèrement. Pressez fermement chaque côté du pain. Servez-vous de vos deux mains pour travailler la pâte; le pain sera plus uniforme.



**4** Pour que le pain garde sa forme, pincez la pâte tout le long du centre et des bouts. Placez-le, côté scellé en-dessous, dans un moule graissé d'environ 8½" x 4½". Laissez lever.



**5** Quand vous cuisez deux pains à la fois, placez-les sur le gril du centre, les espaçant de 2 pouces pour que la chaleur puisse circuler. Pour cuire quatre pains, placez-les sur deux grils comme suit: droite avant, gauche arrière, gauche avant, droite arrière.



**6** Avec des poignées, sortez un moule du four et renversez-le pour en dégager le pain. Frappez sur le fond ou les côtés du pain. S'il rend un son creux, c'est qu'il est cuit. Sinon, remettez-le au four quelques minutes de plus.

# Le bon pain de chez nous...

## PAIN BLANC

(Méthode de Fermentation Directe)

Donne 2 pains

Chauffer à ébullition..... 1 tasse de lait  
Ajouter en remuant..... 1½ c. à table de sucre  
2½ c. à thé de sel  
1½ c. à table de shortening

Laisser tiédir.  
Entre temps, mesurer dans un bol..... 1 tasse d'eau tiède  
Ajouter en remuant..... 1 c. à thé de sucre  
Saupoudrer le contenu de..... 1 enveloppe de levure sèche active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.  
Ajouter en remuant la préparation de lait tiédi.  
Ajouter en brassant..... 2 tasses de farine tout-usage tamisée

Battre jusqu'à consistance lisse.  
Ajouter encore en brassant.... 3 tasses (environ) de farine tout-usage tamisée

Renverser la pâte sur une planche ou une toile légèrement enfarinées. Pétrir jusqu'à consistance lisse et élastique.  
Déposer dans un bol graissé; badigeonner le dessus de shortening fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air -- environ 1 heure. Abaisser la pâte; la renverser sur la planche ou la toile légèrement enfarinées.

Diviser la pâte en deux; couvrir et laisser reposer 15 minutes. Façonner en pains. Déposer dans des moules graissés (8½" x 4½", mesure du haut à l'intérieur).

Badigeonner légèrement de beurre ou shortening fondu.

Couvrir. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, jusqu'à ce que le milieu du pain dépasse un peu le bord du moule -- environ 1 heure.

Cuire à four chaud (400°F) de 35 à 40 minutes.

### Pain plus vite fait (à Fermentation Rapide):

Faire dissoudre 2 cuillerées à thé de sucre dans la tasse d'eau tiède et employer 2 enveloppes de levure au lieu de 1. La durée de fermentation sera réduite à environ 30 minutes dans le bol, et 45 minutes dans le moule.

### Pour enrichir le pain:

Porter à 3 c. à table la quantité de sucre dans le lait chaud, et à 6 c. à table la quantité de shortening.

## PAIN BLANC

(Méthode de Fermentation Indirecte)

Donne 2 pains

**Préparation du levain:**  
Mesurer dans un bol..... 1½ tasse d'eau tiède  
Ajouter en remuant..... 2 c. à table de sucre  
Saupoudrer le contenu de..... 1 enveloppe de levure sèche active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.  
Ajouter..... 2 tasses de farine tout-usage tamisée

Battre jusqu'à consistance lisse. Couvrir d'un linge humide. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, jusqu'à ce que léger et spongieux -- environ 1 heure.

**Préparation du pain:**  
Chauffer à ébullition..... 1 tasse de lait  
Ajouter en remuant..... 2 c. à table de sucre  
1 c. à table de sel  
3 c. à table de shortening

Laisser tiédir.  
Abaisser le levain. Ajouter en brassant la préparation de lait tiédi.

Ajouter en battant..... 4 tasses (environ) de farine tout-usage tamisée

Renverser la pâte sur une planche ou une toile légèrement enfarinées. Pétrir jusqu'à consistance lisse et élastique. Déposer dans un bol graissé; badigeonner le dessus de shortening fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air -- environ 45 minutes.

Abaisser la pâte; la renverser sur la planche ou la toile légèrement enfarinées.

Diviser en deux; couvrir et laisser reposer 15 minutes. Façonner en pains. Déposer dans des moules graissés (8½" x 4½", mesure du haut à l'intérieur).

Badigeonner légèrement de beurre ou shortening fondu. Couvrir. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, jusqu'à ce que le milieu du pain dépasse un peu le bord du moule -- environ 1 heure.

Cuire à four chaud (400°F) de 35 à 40 minutes.

## PAIN DE BLÉ ENTIER

(Méthode de Fermentation Directe)

Donne 2 pains

Chauffer à ébullition..... ¾ de tasse de lait  
Ajouter en remuant..... ½ tasse de cassonade légèrement pressée  
4½ c. à thé de sel  
½ tasse de shortening

Laisser tiédir.  
Entre temps, mesurer dans un bol..... 1½ tasse d'eau tiède  
Ajouter en remuant..... 2 c. à thé de sucre  
Saupoudrer le contenu de..... 2 enveloppes de levure sèche active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.  
Ajouter en brassant la préparation de lait tiédi.  
Mélanger..... 4 tasses de farine de blé entier  
2 tasses de farine tout-usage tamisée

Verser dans la levure dissoute la moitié du mélange de farine; battre en pâte lisse. Ajouter en brassant le reste de la farine.

Renverser sur une planche ou une toile légèrement enfarinées. Pétrir jusqu'à consistance lisse et élastique.

Déposer dans un bol graissé; badigeonner le dessus de shortening fondu. Couvrir. Laisser lever au double du volume, dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air -- environ 1 heure et 15 minutes.

Abaisser la pâte; la renverser sur la planche ou la toile légèrement enfarinées.

Diviser en deux; façonner en pains. Déposer dans des moules graissés (8½" x 4½", mesure du haut à l'intérieur).

Badigeonner légèrement de beurre ou shortening fondu.

Couvrir. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, jusqu'à ce que le milieu du pain dépasse un peu le bord du moule -- environ 1 heure.

Cuire à four chaud (400°F) environ 40 minutes.

# Quelques pains d'outre-mer

D'un pays à l'autre, les femmes ont toujours aimé s'échanger leurs recettes de pain, connaissant ainsi la joie de nouvelles aventures culinaires. Elles ont si bien pratiqué ces échanges qu'il est devenu presque impossible de définir avec précision le lieu d'origine de certains pains et brioches. Quand vous essaieriez l'une ou l'autre des recettes qui suivent, ce sera un peu comme si vous l'aviez empruntée à une lointaine cousine d'Europe... sauf que les mesures et les instructions ont été traduites pour vous en termes canadiens.



Les numéros des recettes correspondent à ceux de la photographie en page 31.

## (1) BRIOCHES FRANÇAISES

Donne 18 brioches

Chauffer à ébullition..... ½ tasse de lait  
 Laisser tiédir.  
 Défaire en crème..... ½ tasse de beurre  
 Ajouter peu à peu  
 en battant..... ⅓ de tasse de sucre  
 ½ c. à thé de sel  
 Mesurer dans un bol..... ½ tasse d'eau tiède  
 Ajouter en remuant..... 1 c. à thé de sucre  
 Saupoudrer le contenu de..... 1 enveloppe de levure sèche  
 active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.  
 Ajouter en brassant le lait tiédi et le mélange en crème (ne pas tenir compte des grumeaux).

Ajouter en brassant..... 1 jaune d'oeuf bien battu  
 3 oeufs entiers bien battus  
 ¾ tasses de farine tout-usage  
 tamisée

Battre pendant 10 minutes.

Couvrir d'un linge humide. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, jusqu'à ce que la pâte ait plus que doublé son volume -- environ 2 heures.

Abaisser la pâte et la battre fermement.

Couvrir hermétiquement de papier paraffiné ou d'une feuille d'aluminium. Mettre au réfrigérateur pour la nuit.

Abaisser et renverser cette pâte molle sur une planche ou une toile légèrement enfarinées.

Couper un quart de la pâte et mettre de côté.

Couper le reste en 18 morceaux égaux; les façonner en boules lisses.

Déposer dans des moules à muffins bien graissés.

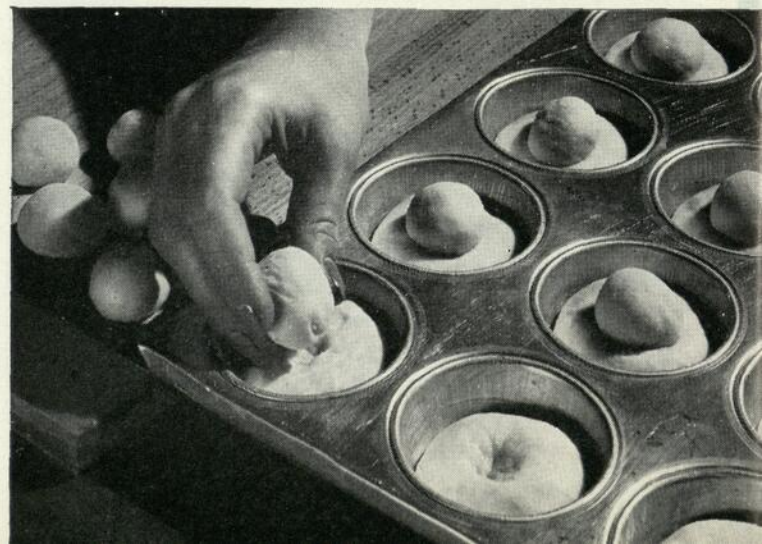
Couper la portion de pâte mise de côté en 18 morceaux égaux; façonner en boulettes lisses.

Creuser profondément le centre de chaque grosse boule; humecter les petites boules avec un peu d'eau froide et les presser dans les creux -- tel qu'illustré ci-dessous.

Couvrir. Laisser lever dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air, jusqu'à ce que la pâte ait plus que doublé son volume -- environ 1 heure.

Badigeonner avec un mélange de..... 1 blanc d'oeuf légèrement battu  
 1 c. à table de sucre

Cuire à four modérément chaud (375° F) de 15 à 20 minutes.





Voici quelques pains d'origine étrangère parmi les plus délicieux et les plus intéressants. Vous les aimerez tout autant pour leur saveur que pour la note d'exotisme qu'ils apporteront à vos menus. Le JULE KAGA de Scandinavie . . . la BRIOCHE de France . . . le GUGELHUPF d'Autriche . . . la PIZZA d'Italie . . . ainsi que le COFFEE KRINGLE et le HOSKA vous feront passer d'agréables moments à les préparer aussi bien qu'à les déguster.

## (2) HOSKA

Donne 2 pains

Chauffer à ébullition..... 1 tasse de lait  
Ajouter en remuant..... ½ tasse de shortening  
¾ de tasse de sucre  
½ c. à thé de sel

Laisser tiédir.  
Entre temps, mesurer  
dans un bol..... ½ tasse d'eau tiède  
Ajouter en remuant..... 2 c. à thé de sucre  
Saupoudrer le contenu de..... 2 enveloppes de levure sèche  
active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.  
Ajouter en brassant la préparation de lait tiédi.  
Ajouter en brassant..... 2 oeufs bien battus  
3 tasses de farine tout-usage  
tamisée

Battre jusqu'à consistance lisse.  
Ajouter en brassant..... ¼ de tasse de citronnelle hachée  
¼ de tasse de raisins secs  
¼ de tasse d'amandes hachées

Ajouter encore en brassant.... 2 tasses (environ) de farine tout-usage tamisée

Renverser la pâte sur une planche ou une toile légèrement enfarinées. Pétrir jusqu'à ce que lisse et élastique. Déposer dans un bol graissé; badigeonner le dessus de shortening fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air -- environ 1 heure et 15 minutes.

Abaisser la pâte et la renverser sur la planche ou la toile légèrement enfarinées.

Diviser en deux et mettre une moitié de côté.

Diviser l'autre moitié en deux et couper une de ces demi-portion en 3 morceaux égaux; abaisser chacun au rouleau en bande de 12 pouces environ. Placer ces bandes sur une plaque graissée et les tresser.

Diviser les ⅔ de la seconde demi-portion de pâte en 3 morceaux égaux et en façonner une seconde tresse d'environ 11 pouces que vous placez sur la première tresse.

Façonner le reste de la pâte en une troisième tresse de 10 pouces environ et la placer par-dessus la seconde tresse.

Badigeonner légèrement de beurre fondu.

Au besoin, maintenir les tresses en place avec des cure-dents.

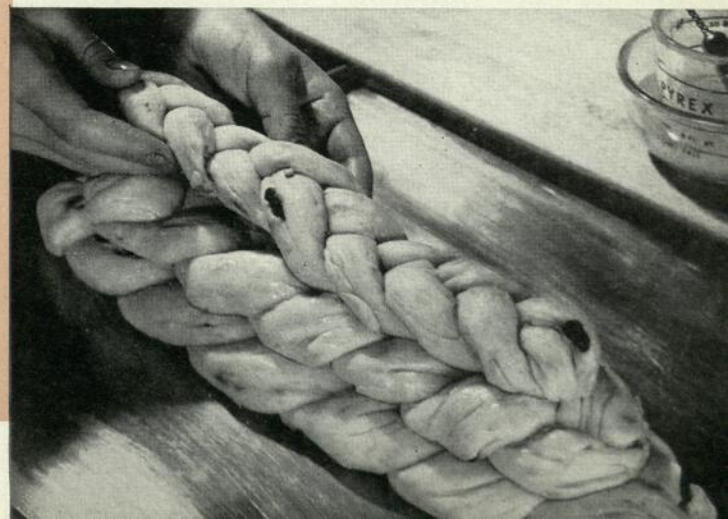
Façonner la deuxième moitié de pâte de la même façon.

Laisser lever au double du volume dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air -- environ 1 heure.

Badigeonner du mélange de.. 1 oeuf légèrement battu

1 c. à table d'eau  
Décorer avec..... ¼ de tasse d'amandes entières,  
émondées

Cuire à four modérément chaud (375° F) de 35 à 40 minutes.



### (3) GUGELHUPF

Donne 1 brioche

Chauffer à ébullition..... ½ tasse de lait  
Ajouter en remuant..... ½ tasse de sucre  
½ c. à thé de sel  
¼ de tasse de beurre

Laisser tiédir.

Entre temps, mesurer  
dans un bol..... ½ tasse d'eau tiède

Ajouter en remuant..... 1 c. à thé de sucre

Saupoudrer le contenu de..... 1 enveloppe de levure sèche  
active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.

Ajouter en brassant la préparation de lait tiédi.

Ajouter en brassant..... 2 oeufs bien battus  
2½ tasses de farine tout-usage  
tamisée

Battre vigoureusement environ 5 minutes.

Couvrir d'un linge humide. Laisser lever au double du volume  
dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air -- environ 1  
heure et 30 minutes. Saupoudrer de la chapelure fine sur toute  
la surface intérieure d'un moule de fantaisie ou d'un plat de 8  
tasses, bien graissés; secouer le moule pour faire tomber l'excès  
de chapelure.

Disposer dans le fond  
du moule ou du plat..... des amandes entières émondées

Abaisser la pâte en brassant. Battre vigoureusement.

Ajouter en brassant..... ½ tasse de raisins épépinés  
½ c. à thé de zeste de citron râpé

Verser la pâte dans le moule ou le plat.

Couvrir d'un linge humide. Laisser lever au double du volume  
dans un endroit chaud, à l'abri des courants d'air -- environ  
1 heure.

Cuire à four modéré (350° F) de 40 à 45 minutes.

### (4) PIZZA

Donne 2 tartes de 6 portions chacune

Mesurer dans un bol..... 1 tasse d'eau tiède  
Ajouter en remuant..... 1 c. à thé de sucre  
Saupoudrer le contenu de..... 1 enveloppe de levure sèche  
active Fleischmann

Laisser reposer 10 minutes. PUIS bien brasser.

Ajouter en remuant..... 1 c. à thé de sel  
¼ de tasse d'huile d'olive

Ajouter en brassant..... 1½ tasse de farine tout-usage  
tamisée

Battre jusqu'à homogénéité.

Ajouter encore en brassant..... 1¼ tasse (environ) de farine tout-  
usage tamisée

Renverser la pâte sur une planche ou une toile légèrement  
enfarinées. Pétrir jusqu'à ce que lisse et élastique.

Déposer dans un bol graissé; badigeonner le dessus de shorte-  
ning fondu.

Couvrir. Laisser lever au double du volume dans un endroit  
chaud, à l'abri des courants d'air -- environ 45 minutes.

Entre temps, mélanger..... 1 boîte (6 oz ou ¾ de tasse) de  
pâte de tomate  
½ tasse d'eau  
1 c. à thé de sel  
1 c. à thé de marjolaine pulvérisée  
quelques grains de poivre

Quand la pâte a doublé de volume, l'abaisser et la diviser en  
deux. Façonner chaque moitié en boule; déposer sur des  
plaques graissées. Avec les paumes des mains, abaisser chaque  
boule en un cercle de 12" de diamètre, laissant le bord un peu  
plus épais que le centre.

Sur chaque cercle  
de pâte disposer..... ¼ de lb de fromage Mozzarella  
tranché à ¼" d'épaisseur  
ou ¼ de lb de fromage fondu, en  
tranches

½ lb de saucisses cuites, tranchées  
½ tasse de champignons frits  
tranchés  
2 c. à table de piment vert doux  
haché

Sur chaque cercle, étendre la moitié de la pâte de tomate diluée et  
parsemer de..... 2 c. à table d'huile d'olive

2 c. à table de fromage fort ou  
Parmesan râpé

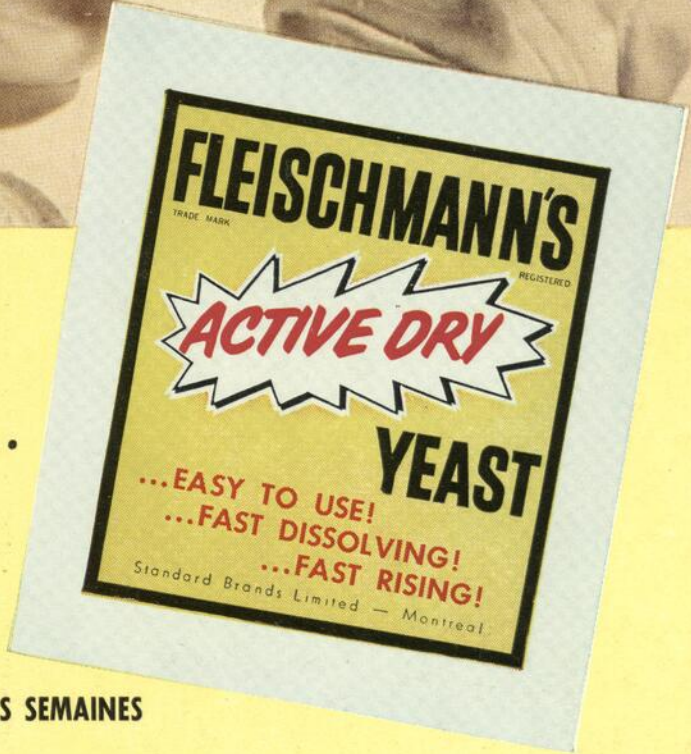
Cuire à four chaud (400° F) environ 25 minutes. Servir chaud.





1 -- Brioche    3 -- Gugelhupf    5 -- Coffee Kringle  
2 -- Hoska    4 -- Pizza    6 -- Jule Kaga





**Pour réussir à tout coup  
vous pouvez vous fier à la...**

- ★ **TOUJOURS ACTIVE, ELLE LÈVE TOUJOURS VITE**
- ★ **NE REQUIERT PAS DE RÉFRIGÉRATION**
- ★ **SE GARDE FRAÎCHE PENDANT DES SEMAINES**

Rédigé, publié et distribué par  
les Fabricants de la Levure Fleischmann  
**STANDARD BRANDS LIMITED . MONTRÉAL, P. Q.**

***Nouvelles façons rapides de  
réussir les bons pains à la levure***

