

ABC de la levure séchée

Qu'est-ce que la levure séchée?

La levure séchée est un produit naturel composé de levure fraîche déshydratée, destiné à alléger la pâte. Elle se conserve plus longtemps que la levure fraîche et est en vente dans les magasins d'alimentation au rayon des produits pour la pâtisserie.

L'action de la levure séchée ou fraîche transforme une partie du sucre (ou de l'amidon) contenu dans la pâte en bulles de gaz carbonique. Dès que les levures entrent en contact avec le sucre, la farine, le lait ou l'eau, elles se multiplient sous l'effet de la chaleur et produisent le gaz carbonique qui reste emmagasiné dans la pâte: on dit que la pâte «lève». Ce processus allège la pâte et lui confère une saveur typique.

Contrairement à la levure fraîche, la levure séchée peut être utilisée sans autres préliminaires. En règle générale, la préparation d'un levain est superflue.

La levure séchée Dr. Oetker – un produit sûr pour une réussite garantie



Un sachet de levure séchée de 7 g correspond à 25 g de levure fraîche. Cette quantité est suffisante pour 500 g de farine.

D'ordinaire, il n'est pas nécessaire de délayer séparément la levure séchée qui peut être mélangée directement à la farine. L'addition de nombreux ingrédients et/ou l'utilisation de différentes sortes de farines (p. ex. farine complète) peuvent alourdir la pâte. Dans ce cas, nous conseillons de préparer un levain ou de réduire la proportion de farine, car les pâtes lourdes nécessitent plus d'agents levants.

La levure séchée se conserve au moins 18 mois dans l'emballage fermé. Pour la réactiver, il suffit d'ajouter du lait ou de l'eau et du sucre. Grâce à ses propriétés particulières, la levure séchée trouve sa place dans la réserve ménagère.

La pâte doit lever dans un endroit chaud jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume. Nous vous conseillons trois méthodes :

- Four** Couvrir la terrine d'un torchon et la placer dans le four à 50 °C (température supérieure et inférieure) en entrouvrant la porte au moyen d'une spatule en bois. Laisser lever la pâte jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume (10-15 minutes).
- Micro-ondes** Couvrir la pâte dans la terrine d'un torchon humide qui ne reste pas collé à la pâte et en prévient le dessèchement. Régler le micro-ondes sur 80 ou au max. 90 watts et laisser lever la pâte pendant environ 8 minutes. Si l'appareil ne dispose pas d'un plateau tournant, retourner la pâte après 4 minutes.
- Bain-marie** Couvrir la pâte et poser la terrine dans un bain-marie chaud (sans faire bouillir l'eau) jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.

Pour laisser lever la pâte au réfrigérateur :

Préparer la pâte levée avec les ingrédients froids. Couvrir la terrine d'un torchon humide ou badigeonner la pâte d'huile et la laisser lever une nuit au réfrigérateur.

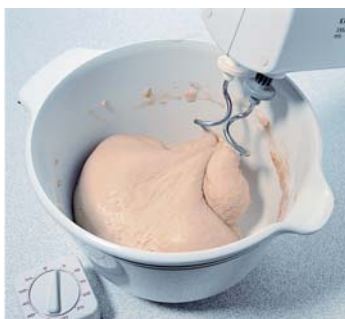
ABC de la levure séchée

L'utilisation de la levure séchée expliquée pas à pas



Tamiser la farine dans une terrine, ajouter la levure séchée et mélanger le tout à la fourchette.

Ajouter les autres ingrédients mentionnés dans la recette. Pour éviter la coloration grise de la pâte, incorporer les fruits, les noix, le fromage, etc. après le pétrissage. Etant donné que la levure ne déploie sa force de développement que sous l'effet de la chaleur, les liquides utilisés doivent être à la température du corps, soit 37 °C.



Travailler la pâte levée et la pétrir pendant env. **5 minutes** avec les crochets du batteur électrique, d'abord à vitesse réduite, puis à la vitesse maximale jusqu'à obtention d'une pâte homogène.

La pâte levée ne doit pas être cuite immédiatement. Il faut la couvrir d'un torchon et la laisser lever au chaud jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume. Les méthodes expliquées à la rubrique «Trucs et astuces» permettent d'écourter cette phase.



Après avoir laissé lever la pâte, la pétrir vigoureusement et l'utiliser selon la recette. Le cas échéant, la laisser encore lever au chaud dans le moule ou sur la plaque. Cuire selon les indications de la recette.