

Levain liquide méthode Kayser

Préparation

Mélanger au fouet 50g d' eau minérale tiède avec 50g de farine complète T150

Laissez fermenter pendant 24 heures sous un torchon à température ambiante (de 20°C à 25°C).

Mélangez au fouet 100g d'eau avec 100 g de **farine** T65 et 20g de **sucre**.
Ajoutez la préparation de la veille et mélangez.

Laissez fermenter durant 24 heures sous un torchon à température ambiante (de 20° à 25°C).

Mélangez au fouet 200 g de farine T65 avec 200 g d'eau.

Ajoutez la préparation de la veille et mélangez.

Laissez fermenter pendant 12 heures sous un torchon à température ambiante (de 20°C à 25°C).

Le levain liquide est prêt à être utilisé. Il se garde à l'abri dans une boîte hermétique au réfrigérateur , pendant 8 jours . Passé ce délai, il est nécessaire de le "rafraîchir" avec un peu d'eau pour reprendre la 3ème étape.

Entretien :

Le levain reste actif en moyenne dans les 3 jours qui suivent le rafraichi. C'est donc à cette fréquence , tous les trois jours, qu'il faudra le rafraîchir, en lui ajoutant 50% de son poids en eau et en farine.