Fabriquer le pain en classe

Attention !

Adaptez les quantités en fonction du nombre de groupes et de la capacité du four disponible à l'école.

- Manipulation en binômes ou en petits groupes.
- Classe entière.
- Découvrir comment le pain est fabriqué, les ingrédients utilisés et leur rôle.

Matériel à préparer

Pour chaque binôme ou groupe :

- 1 saladier.
- 1 verre.
- 1 torchon.
- 1 petit couteau de cuisine.
- Les ingrédients en quantité suffisante :
  - Farine.
  - Levure de boulanger.
  - Sel.
  - Eau tiède.

Consignes

Les enfants réalisent leur propre pain en suivant la recette et les recommandations énoncées par l'enseignant ou le professionnel (s'il est présent).

Cette activité peut être réalisée dans le cadre de la venue du boulanger en classe :

- Avant la sortie, afin de familiariser les enfants avec ce qu'ils vont découvrir.
- Ou dans son prolongement, pour ancrer les connaissances acquises au cours de la visite.

La recette du pain

Ingrédients

- 500 g de farine de boulanger.
- 10 g de levure de boulanger.
- 1 cuillère à café de sel.
- 35 cl d'eau tiède.

Instructions

- Mélanger la levure à l'eau tiède.
- Dans un saladier, verser la farine et le sel. Faire un puits, puis y verser peu à peu la levure diluée en mélangeant pour faire une pâte.
- Pétrir la pâte environ 15 mn, jusqu'à ce qu'elle devienne bien souple. Elle doit être élastique et ne pas coller aux doigts.
- Laisser reposer la pâte sous un torchon pendant 1 h pour qu'elle gonfle.
- Diviser ensuite la pâte en petits pains en veillant à ne pas trop écraser la pâte pour ne pas chasser le gaz qui donne à la mie ses alvéoles.
- Attendre encore 1 h en disposant les pains sous le torchon.
- Faire chauffer le four à 270°C.
- Poser les pains sur la plaque du four et faire de légères entailles (les grignes) sur le dessus avec le couteau.
- Laisser cuire 20 à 30 mn.
  Astuce : mettre un moule à cake rempli d'eau dans le four pour que les pains ne sèchent pas.
- Sortir les pains du four et attendre quelques minutes qu'ils refroidissent avant la dégustation !