

Mémo élève

Sel, sucre, gras

Ajouts et dosage

AVANT DE MODIFIER UNE PÂTE

Sel, sucre, matières grasses et ajouts.

Décris ce que tu veux changer : goût, étalage, coloration, texture. Identifie ensuite l'ingrédient, sa quantité, sa préparation et son moment d'ajout. Ne change pas plusieurs paramètres à la fois.

LE SEL

Il assaisonne, participe à la tenue du réseau et ralentit la fermentation. Pèse-le : une cuillère de sel fin ne pèse pas forcément autant qu'une cuillère de gros sel.

Calcule sur la farine totale, préferments compris, puis retranche le sel déjà présent. Exemple : $500 \text{ g} \times 2,5 \% = \mathbf{12,5 \text{ g}}$. Ce chiffre illustre une formule, pas une obligation universelle.

Compte le sel des inclusions séparément ; n'additionne pas des pourcentages de bases différentes. Le sel ne remplace pas les règles de conservation.

01 Le sucre

La farine fournit déjà, grâce aux enzymes, des sucres utilisables par la levure. Le sucre ajouté peut modifier coloration et tendreté ; en forte concentration, il peut ralentir la fermentation. Une croûte colorée ne prouve pas que l'intérieur est correctement cuit.

02 Les matières grasses

L'huile ne compte pas comme eau d'hydratation. Distingue pâte, moule et finition.
Pour 500 g de farine, 15 g d'huile incorporée représentent **3 %**. Beurre et huile ne se remplacent pas automatiquement à masse égale : 30 g de beurre à 82 % apportent **24,6 g de gras**, le reste n'est pas nécessairement uniquement de l'eau.

MALT, AMÉLIORANTS, GRAINS ET PURÉES

Précision d'abord, dosage ensuite.

Malt diastasique = activité enzymatique conservée. Malt non diastasique = autre fonction, notamment goût et couleur. Lis la composition de la farine avant d'ajouter un produit.

AMYLASES, PROTÉASES, GLUTEN AJOUTÉ, LIANTS

Ils ne font pas le même travail. Produit exact, activité, base du dosage et matériel de mesure sont indispensables. Pas de substitution improvisée avec un jus de fruit ou un produit portant un nom voisin.

GRAINS ET PURÉES

Précise toujours : sec, trempé, cuit, égoutté, refroidi, mixé. Compte les pertes et le prélèvement réellement utilisé.

Une purée contient aussi des solides. Dans un exemple à 80 % d'eau, 100 g de purée apportent **80 g d'eau et 20 g de solides**, pas 100 g d'eau.

Les morceaux se répartissent doucement, au stade prévu par la recette. Leur taille doit convenir à l'épaisseur de la pâte.

La fiche à remplir

Question	À noter
Résultat recherché	...
Ingrédient et état utilisé	...
Masse et base du pourcentage	...
Apports connus : eau / sel / gras / solides	...
Étape d'incorporation	...
Observation à l'étalage et après cuisson	...

Les exemples servent à comprendre les calculs. Ils ne constituent pas des essais culinaires réalisés par MPT.

Pour continuer

Retrouve les ressources de l'école et les échanges dans la communauté MPT sur Skool.

skool.com/mypizzateacher