

# Old Dough . Fermented Dough . Pâte Fermentée 老種



## 材料



Bread Flour  
特高筋麵粉  
100g



Water  
水  
60g



Salt  
鹽  
2g



Fresh Yeast  
新鮮酵母  
2g

## Video Time 影片時刻

00:30

## Steps 製作步驟

- 01 Mix the following ingredients 將材料依次放入用手搓:

Actual Time  
實際搓揉參考時間

~0 min	Flour 麵粉 Salt, 鹽 Fresh Yeast 新鮮酵母	As a circle 推成大圈 Outside circle 放圈外 Inside circle 放圈內
~0-1 <sup>ST</sup> min	Water 水 (23-25°C)	

~10<sup>th</sup> min Knead till smooth 揉麵糰至光滑 OK~~!

Total kneading time 10 mins

總手搓時間約10分鐘 · 需因應麵糰情況及手搓技巧作調整

Ideal dough temperature

理想麵糰溫度約為23-26°C

03:05

- 02 Fermentation 發酵:

- a) Store in a bowl, cover with cling wrap. Let proof overnight in fridge, best to use within 1-5 days\*.

放雪櫃(4-7°C)發酵約 1-5 天 \*

\* unless over fermented and a very sour smell

老種不至過度發酵 · 沒有太酸的味道便可以用

Or 或

- b) Cut into 50-60g pieces, wrap with cling. Store in freezer, best to use within 14 days.

放冰格(0°C 以下) – 把麵糰分成約 50-60g, 包上保鮮紙, 可最多放約 14 天, 用前一天放雪櫃 4-7°C 解凍



BREAD CLOUD  
studio

