

Table de Cuisson de la PAM au Micro-Ondes

<u>Recette:</u>	Date	Heure							
	T°INT	T°EXT							
400 g	Colle								
2 cs	Vinaigre								
4 cs	Huile								
200 g	Maizena								
<u>Cuisson:</u>									
(en secondes)	45	1	2	3	4	5	6	7	8
	30	1	2	3	4	5	6	7	8
	15	1	2	3	4	5	6	7	8

<u>Recette:</u>	Date	Heure							
	T°INT	T°EXT							
400 g	Colle								
2 cs	Vinaigre								
4 cs	Huile								
200 g	Maizena								
<u>Cuisson:</u>									
(en secondes)	45	1	2	3	4	5	6	7	8
	30	1	2	3	4	5	6	7	8
	15	1	2	3	4	5	6	7	8

<u>Recette:</u>	Date	Heure							
	T°INT	T°EXT							
400 g	Colle								
2 cs	Vinaigre								
4 cs	Huile								
200 g	Maizena								
<u>Cuisson:</u>									
(en secondes)	45	1	2	3	4	5	6	7	8
	30	1	2	3	4	5	6	7	8
	15	1	2	3	4	5	6	7	8

<u>Recette:</u>	Date	Heure							
	T°INT	T°EXT							
400 g	Colle								
2 cs	Vinaigre								
4 cs	Huile								
200 g	Maizena								
<u>Cuisson:</u>									
(en secondes)	45	1	2	3	4	5	6	7	8
	30	1	2	3	4	5	6	7	8
	15	1	2	3	4	5	6	7	8

<u>Recette:</u>	Date	Heure							
	T°INT	T°EXT							
400 g	Colle								
2 cs	Vinaigre								
4 cs	Huile								
200 g	Maizena								
<u>Cuisson:</u>									
(en secondes)	45	1	2	3	4	5	6	7	8
	30	1	2	3	4	5	6	7	8
	15	1	2	3	4	5	6	7	8

<u>Recette:</u>	Date	Heure							
	T°INT	T°EXT							
400 g	Colle								
2 cs	Vinaigre								
4 cs	Huile								
200 g	Maizena								
<u>Cuisson:</u>									
(en secondes)	45	1	2	3	4	5	6	7	8
	30	1	2	3	4	5	6	7	8
	15	1	2	3	4	5	6	7	8

d'après la recette de Natasel (<http://natasel.over-blog.com>)

Table de Cuisson de la PAM au Micro-Ondes

Mode d'emploi de la table

J'ai remarqué qu'en fonction de la saison, de la température de la pièce et de l'humidité ambiante, les temps de cuisson peuvent varier (parfois beaucoup)...

- 1** Commencez par une session de 45 secondes (cochez la case à l'issue de celle-ci comme montré ci-dessous) puis mélangez votre pâte

(en secondes)

45	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>							
30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 2** Répétez l'opération autant de fois que nécessaire (cela peut varier selon la puissance de votre four) et mélangez bien votre pâte à chaque fois
Ex: Pour mon four de 750W il me faut en général 3 sessions de 45s (il en faudra moins pour un four plus puissant)

(en secondes)

45	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 3** Ensuite, **toujours en fonction de l'état de cuisson de votre pâte**, passez à une session de 30 secondes ou 15 secondes (si la cuisson est pratiquement terminée) et mélangez la pâte

(en secondes)

45	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- 4** Lorsque votre pâte est cuite, formez une boule sur et laissez reposer 2 ou 3 minutes (pas plus) puis pétrissez-la.

- 5** Vous pouvez séparer votre pâte en plusieurs boules, elle refroidira ainsi plus rapidement.
Emballez votre (vos) boule(s) dans du film alimentaire.
Dès que la pâte est refroidie, repétrissez-la et changez le film plastique car le précédent est plein de condensation.

- 6** En totalisant les cases que vous avez cochées, vous obtiendrez le temps de cuisson (total) pour votre four (ici nous en sommes à 45+45+45+30 soit 2min45s)
Avec le temps vous n'aurez même plus besoin de la table, sauf si vous changez de four évidemment ;)