

La levure

Définition

La levure de boulanger ou levure de bière est un **champignon microscopique**. Il produit la fermentation (transformation) alcoolique des produits sucrés.

Rôle de la levure dans la fabrication du pain

C'est grâce à la levure que la pâte à pain lève. Dans la fabrication du pain, la levure transforme le glucose ou sucre en éthanol et en dioxyde de carbone (CO_2 = gaz carbonique).

Sous l'effet de la chaleur, entre autres, l'éthanol (alcool) s'évapore et seul, le gaz carbonique reste. C'est lui qui est responsable en partie du gonflement du pain. En effet, le gaz carbonique donne à la mie une structure poreuse et légère.

Donc, plus il y a de sucre dans une pâte, plus les champignons (levure) sont nourris et plus la pâte lèvera facilement. L'air et l'eau augmentent la vitesse de multiplication des champignons durant le pétrissage.

Propriétés de la levure

La levure est un produit vivant très sensible au chaud et au froid. Il est recommandé de la conserver au réfrigérateur à une température oscillant entre 4° et 6° C.

La levure est très riche en vitamines B, essentielles pour les systèmes nerveux et musculaire.

A recommander :

DVD *Levures en action* (Pour nourrir les hommes 3), coll. Galilée, CNDP, Paris 1997