

Agents levants

Il existe différents produits pour faire lever une pâte. Tous fonctionnent d'après le même principe: sous l'action combinée de la chaleur et de l'eau, ils dégagent du gaz carbonique, et les minuscules bulles d'air qui se forment allègent la pâte et la font lever. Tour d'horizon:

Le **levain (1)** est une bouillie à base de farine de seigle, d'eau et éventuellement de yaourt, qui dégage une odeur acide et forme des bulles sous l'action de bactéries, d'acide lactique et de levures présentes dans l'air. Le levain est surtout employé pour les pâtes à la farine de seigle, du fait que la levure ne suffit pas pour faire lever la pâte. L'acide aide en outre à la conservation de cette dernière, le pain gagne en arôme et se dessèche moins vite. Faire soi-même son levain est une opération longue et compliquée; on trouve dans les magasins diététiques du levain tout prêt, séché ou sous forme liquide. La **levure (2)** permet à la pâte de lever plus vite et mieux que le levain. Elle est constituée de micro-organismes unicellulaires cultivés à partir de levure sauvage. Elle est vendue fraîche ou séchée. À noter que pour une même quantité de pâte, il faut compter davantage de levure sèche que de levure fraîche. Le **bicarbonate de soude (3)** a un léger goût de savon qui, cependant, convient bien à certaines préparations (p. ex. pain d'épice de Lucerne). Le bicarbonate de soude est également utilisé pour les pâtes contenant des produits laitiers car ces derniers peuvent éliminer le goût de savon. La **poudre à lever ou levure chimique (4)** est un mélange de bicarbonate de soude, d'un acide et d'amidon. L'acide est ajouté afin d'éliminer le goût de savon du bicarbonate, l'amidon agit comme excipient, sépare les particules d'acide et de bicarbonate, et empêche les composants actifs de réagir prématurément. Le **carbonate d'ammonium (5)** se décompose, sous l'action de la chaleur, en ammoniaque, gaz carbonique et vapeur d'eau. Il s'utilise uniquement pour les friandises sèches et de faible épaisseur (type biscomes ou «biberli»), sinon le goût désagréable de l'ammoniaque ne parvient pas à s'échapper. Le carbonate d'ammonium est vendu en pharmacie. La **potasse (6)** (carbonate de potassium) n'est guère plus utilisée aujourd'hui, mais elle est encore mentionnée dans les recettes anciennes de biscuits de Noël. La potasse a tendance à faire lever la pâte horizontalement plutôt que verticalement. On peut la remplacer par du bicarbonate de soude ou du carbonate d'ammonium. On en trouve encore dans quelques pharmacies.

