

Ricetta pane con Pasta Madre Antonio Rossa

Come faccio il pane con la Pasta Madre e le Farine macinate a pietra

La ricetta seguente è applicabile alle **farine macinate a pietra** del tipo "0"- 1- 2.. Le dosi degli ingredienti necessari a panificare, si intendono rapportati ai kg. totali di farine da impastare.

es.- Farine tipo: "0" 45% - tipo "1" 45% - farro monococco 10% -

tot. farine kg. 10 ripartite in:

kg. 4,5 Tipo 0 – 4,5 Tipo 1 – 1 Farro monococco –

Ai 10 kg. di farine vanno ancora aggiunti i quantitativi di ingredienti sotto elencati.

Metodo con autolisi

Calcolare che vanno aggiunti in totale 6 lt. di acqua sui 10 kg di farine (il 60%) che porta, con il 35% dei 6 lt. pari a 2 lt. circa di acqua da usare per l'impasto Autolisi con i 10 kg. di farine da impastare per 6/8 minuti, fermare ora l'impastatrice, far riposare l'impasto ottenuto per **3 ore** circa nella stessa vasca dell'impastatrice a temperatura di 24° circa. **si raccomanda che l'acqua da miscelare sia sempre leggermente tiepida.**

Esempio dei Tempi di esecuzione dell'inizio della lavorazione dell'impasto:

1°- kg. 2,4 di pasta madre rinfrescata – lasciare coperta a lievitare per sei ore – dopo tre ore di lievitazione della pasta madre, iniziare a impastare l'Autolisi per 8/9 minuti, fermare l'impastatrice, lasciare riposare l'Autolisi per tre ore, al termine delle tre ore i due tempi coincidono con il termine delle sei ore di lievitazione della pasta madre, a questo punto riprendere a impastare per fare l'impasto definitivo, aggiungendo tutti gli ingredienti nella sequenza sotto descritta:

1- lt. 3,8 acqua tiepida rimasta (messi a parte 200 gr. per sciogliere poi il sale)

2 - Pasta Madre kg. 2,4 (24% sui 10 kg. di farine) lievitata 6 ore, dopo il rinfresco pronta da usare per l'impasto definitivo dopo il Riposo di tre ore dell'Autolisi

3 - 20 gr. lievito di birra disciolto in acqua tiepida

4- 200 gr. (20gr. x kg. di farina) di Olio extra vergine – n° 3 cucchiaini di miele (facoltativo)

Continuare a impastare, non aggiungere il sale per almeno 20/25 minuti, aggiungere,

5- 200 gr. di sale (20gr. x kg. di farina) disciolto nei 200 gr. di acqua tenuta a parte

Ora con tutti gli ingredienti inseriti, si continua **a impastare** fino a quando non si sia formata una bella palla liscia non più appiccicosa (altri 20 minuti circa), fermare l'impastatrice e lasciare riposare l'impasto per alcuni minuti, riprendere ancora ad impastare e verificare che l'impasto sia abbastanza consistente e liscio, se sarà necessario si può aggiungere ancora o acqua o farina a correggere la consistenza dell'impasto ottenuto. **(In totale circa 50 minuti di impasto).**

Togliete l'impasto dall'impastatrice e spostatelo sul tavolo da lavoro, lasciate lievitare l'impasto coperto, **alla temperatura di 24°/26°C.** per almeno 4/5 ore; ora si può **iniziare a tagliare i pezzi del peso desiderato a formare le pagnotte;**

Ora potete formare a filone o pagnotta la pasta, (con pezzature superiori a 300 gr.), Impastare ogni pezzo a mano ripiegando la pasta su se stessa con pieghe a tre o a quattro, fino a formare una palla liscia e ben chiusa che io ho depositato ognuna in un cestino di **vimini rivestito all'interno di un tovagliolo di cotone**, leggermente infarinato con farina di **Farro**, tutti accostati sul tavolo da lavoro, **lasciati a lievitare coperti, per circa tre ore, dove cresceranno ancora fino al raddoppio del loro volume originario.** **Toglierle le pagnotte lievitate dai cestini, praticare con un taglierino un taglio o più,** sulla superficie della pagnotta, **a piacere, appena prima di infornare.**

Se la **temperatura è di 27/28°C.** la lievitazione può anche essere inferiore **alle 4 ore,**

Mentre le pagnotte lievitano, pulite la cupola del forno con una spazzola di ottone e con lo scopolo il pavimento di cottura, **appena prima di infornare** bagnate con uno spruzzino l'interno della cupola per creare vapore, a evitare che la crosta diventi troppo spessa.

Ora potete infornare le pagnotte con il forno sui 230°/240° C.

Sistema con autolisi

Questo metodo è particolarmente raccomandato per la panificazione con lievito naturale. I benefici sono molti: aumento dell'estensibilità della pasta (che diventa liscia ed elastica più velocemente con diminuzione dei tempi d'impasto), formatura più agevole, volume superiore, migliore alveolatura e maggiore sofficità.

Tutti questi vantaggi sono il risultato di processi fisici e chimici che hanno luogo durante il riposo della pasta.

E in questa fase, infatti, che l'impasto subisce, al suo interno, importanti modifiche.