

PANE, PIZZE E LIEVITATI

## Baguette parigina

---

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [media](#)    PREPARAZIONE: [1440 min](#)    COTTURA: [25 min](#)    COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

---



### INGREDIENTI

250 g di farina w 300

250 g di farina w 250

315/350 g di acqua

10g di sale

5 g di lievito fresco

1 cucchiaino di malto.

Baguette parigina, ovvero la versione più tradizionale di questo pane conosciuto ormai in tutto il mondo. Vediamo come lo prepara cameron.

### PREPARAZIONE

**1** Ore 16 ( del giorno prima).

Impastare 150 g della prima farina con 95 g di acqua (con il kenwood a vel.1 per 5 minuti); coprire con pellicola.

Preparare una biga con i rimanenti 100 g di farina, 45 g di acqua, 1 g di lievito; coprire.

Queste sono le due preparazioni come le ho trovate il giorno dopo.



## 2 Ore 8

Sciogliere 4 g di lievito in 100 g di acqua leggermente tiepida, unire 100 g di farina, coprire e mettere a lievitare per circa 90 minuti (nel forno spento ma tiepido).



## 3 Dopo i 90 minuti, aggiungere la farina rimasta, 75 g di acqua ed avviare la macchina, con la foglia, dopo un paio di minuti aggiungere il sale.



## 4 Dopo qualche minuto, quando l'impasto è formato, aggiungere la biga a pezzi e poco dopo anche l'altro impasto fatto la sera prima e il malto; appena si è tutto amalgamato, cambiare le fruste, con il gancio impastare a vel. 1,5 per circa 3 minuti.



- 5** A questo punto...versare lentamente la rimanente acqua (35g), un goccio alla volta. Rovesciare l'impasto sulla spianatoia e impastare aiutandosi con una paletta; sarà liscio un po' appiccicoso e molto elastico. Formare una palla e lasciarlo lievitare 45 minuti, coperto.



- 6** Riprendere l'impasto ... schiacciarlo leggermente con la mano e dare un giro di pieghe a tre, come con la pasta sfoglia.



- 7** Fare un'altro giro di tre pieghe.



**8** Lasciar riposare altri 45 minuti, coperta.

Dividere l'impasto in tre, (pesare, per averle uguali)...arrotondare leggermente, e coprire con canovaccio, riposo 15 minuti.



**9** A questo punto dovrete girare le sfere cercando di non sgararle : quindi, togliere la farina in eccesso, schiacciare delicatamente con le mani fino a formare un rettangolo, quadrato e iniziare ad arrotolare verso l'interno.

Ogni volta che girate verso di voi...fissate leggermente con le dita.

Alla fine chiudete pizzicando la pasta.





10 Date una prima leggerissima allungata. Riposo 10 minuti



11 Infarinare un canovaccio e mettere le baguette a lievitare con la chiusura in alto...come si vede nella foto....allungandole della dimensione della teglia circa 35 cm. Coprire e lasciar lievitare fino al raddoppio: circa 60/90 minuti.



**12** Accendere il forno a 220°, con all'interno una teglia capovolta, e sul fondo una teglia bassa con due dita d'acqua.

Ribaltare la baguette su una paletta infarinata, oppure direttamente sulla teglia calda, dopo aver fatto i tagli, inclinando la lama della lametta imburrata.



**13** Infornare e dopo 10 minuti togliere l'acqua.



**14** Continuare la cottura per altri 15 minuti circa a 180° con il forno con la porta leggermente aperta, basta mettere un manico di un cucchiaio per tenerlo aperto.



15 Fare raffreddare le baguette in piedi.

