

PANE, PIZZE E LIEVITATI

Pane con lievito madre di Aphroditae

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

- 250 g di pasta madre
- 250 g di farina
- 2 cucchiaini di sale
- 2 cucchiaini di zucchero
- 150 g circa di acqua tiepida.

PREPARAZIONE

- 1 Mettere la farina sulla spianatoia, e toglierne 4/5 cucchiai alla quale aggiungere il sale. Fare un buchetto al centro, all'interno del quale mettere lo zucchero, e la pasta madre, direttamente oppure sciolta precedentemente in un pò d'acqua (la giusta quantità perchè diventi una crema).

Procedere con l'impasto aggiungendo a poco a poco l'acqua finchè sarà tutto ben amalgamato. Aggiungere poi la restante farina con il sale e, all'occorrenza, aggiungere acqua o farina. Il risultato deve essere un impasto ben omogeneo che sarà messo a

lievitare, dopo aver praticato sulla superficie un taglio a croce, all'interno di un contenitore d'alluminio leggermente oliato.



- 2 Far bollire un pentolino d'acqua da inserire all'interno del forno precedentemente scaldato a 50°C ed inserire anche il pane, che sarà lasciato a lievitare per 3/4 ore.



- 3 Infine, scaldare il forno a 220°C, con il pentolino dentro, e, quando sarà ben caldo, riporvi il pane dentro e cuocere 10/15 minuti alla stessa temperatura.

Abbassare, quindi, la temperatura a 200°C e lasciar cuocere per 30/40 minuti.

Il pane è cotto quando bucadolo con uno stuzzicadenti, lo stesso stuzzicadenti rimane pulito una volta estratto.



