

PANE, PIZZE E LIEVITATI

# Pita

---

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

DOSI PER: [8 pezzi](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [30 min](#)    COTTURA: [15 min](#)    COSTO:

[molto basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

NOTE: *1 ORA 10 MINUTI DI LIEVITAZIONE*

---



Se ti piace la **cucina mediorientale** e **mediterranea**, sicuramente avrai sentito parlare del **pane pita**, un **pane piatto** e **lievitato** dalla **forma rotonda**, che si presta a essere farcito con salse, carne, verdure e formaggi. Il **pane pita** è tipico della **[cucina greca](#)**, infatti è conosciuto anche con il nome di **[pita greca](#)**, ma è diffuso anche in altri paesi come Turchia, Libano, Siria e Egitto. Il **pane pita** ha una **consistenza morbida e soffice**, e una particolarità: **durante la cottura si gonfia** e forma una tasca interna, che lo rende **perfetto** per essere **riempito** con **gli ingredienti che preferisci**.

**Prepara in casa il pane pita in modo semplice e veloce seguendo la nostra ricetta con video e passo passo fotografico, se ti piace la cucina greca prova anche queste ricette:**

[Salsa tzatziki](#)

[Polpette con zucchini](#)

[Moussaka](#)

[Tiropita](#)

[Insalata greca](#)

## INGREDIENTI

FARINA 400 gr

LIEVITO DI BIRRA da abbassare a 8 g se fa molto caldo - 12 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 6 cucchiaini da tavola

ZUCCHERO 1 cucchiaino da tè

SALE 1,5 cucchiaini da tè

## PREPARAZIONE

- 1 Riunisci in una ciotola 110 ml d'acqua con lo zucchero e aggiungi il lievito di birra che farai sciogliere mescolando bene con un cucchiaino.





**2** Aggiungi 3-4 cucchiari di farina presa dal totale previsto per la ricetta. Mescola molto bene e lascia da parte a lievitare per 10 minuti o fino a che non vedrai formarsi delle bolle in superficie.





- 3** Riunisci nella ciotola dell'impastatrice la farina rimasta e il composto con il lievito. Impasta alla minima potenza.





- 4 Unisci successivamente l'olio extravergine d'oliva e il sale, mentre la macchina continua a lavorare.



- 5 Sempre con la macchina in funzione, versa circa 100 ml di acqua, controllando costantemente la consistenza dell'impasto. Dovrai ottenere un impasto morbido ma non appiccicoso. Lascia lavorare l'impastatrice per circa 10 minuti.



- 6 Traferisci l'impasto sul piano di lavoro infarinato e lavoralo con le mani fino a quando non sarà più appiccicoso, quindi mettilo in una ciotola unta di olio, copri e fai lievitare fino al raddoppio (circa 1 ora).





**7** Quando l'impasto è ben lievitato, riprendilo e dividilo in 6 porzioni uguali. Forma delle

palline, devono uscirne circa 8.



- 8** Metti le palline d'impasto da parte, infarinale e coprile, fai riposare per 10 minuti, poi riprendi una palina alla volta e stendila con il mattarello, procedi così con tutte le palline.





9 Scalda molto bene una padella antiaderente, senza ungerla, cuoci una pita alla volta, deve gonfiare prima da una parte e poi dall'altra. Cucile a fuoco medio altrimenti rischi di bruciarle prima che si gonfino.

