

PANE, PIZZE E LIEVITATI

Sfincione palermitano

DOSI PER: 6 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 60 min COTTURA: 30 min COSTO:

molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

NOTE: + 4 H IN TOTALE PER LA LIEVITAZIONE



Lo sfincione palermitano è lo streetfood tipico della gastronomia palermitana: è una sofficissima focaccia, simile ad una spugna, che poi viene condita con pomodoro, cipolle, caciocavallo e origano.

Il profumo ed il sapore sono irresistibili! E poi veramente, per quanto questa ricetta possa sembrare lunga e laboriosa, è, veramente semplice e il risultato è assicurato!

Se ti interessano altre ricette provenienti dalla bella Sicilia, ti consiglio:

[Pasta ca muddica atturrata](#)

[Pasta alla norma](#)

[Cotolette alla palermitana](#)

Sfincione palermitano morbido

PER L'IMPASTO

ORIGANO ESSICCATO

FARINA 00 400 gr

FARINA DI GRANO DURO O SEMOLA

100 gr

LIEVITO DI BIRRA 10 gr

ACQUA 340 gr

SALE 10 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 10

gr

PER LA SALSA

CIPOLLE 2

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 10

FILETTI DI ACCIUGHE 2

ACQUA 200 gr

POMODORI PELATI 500 gr

PER LA COTTURA

FILETTI DI ACCIUGHE 6

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 10

gr

CACIOCAVALLO 120 gr

ORIGANO SECCO

PANGRATTATO

PREPARAZIONE

- 1 Per preparare lo sfincione palermitano comincia versando la farina 00, la semola e il lievito di birra in una ciotola, rompi il lievito con le dita e miscela le farine.





2 Aggiungi una la metà dell'acqua e quando viene assorbita, aggiungi il resto. Con l'impasto ancora umido e non del tutto formato, versa il sale e contiua ad impastare.

Quando l'impasto comincia a prendere forma, aggiungi l'olio e impasta ancora fino ad assorbimento.





3 Trasferisci sul piano di lavoro dei delle pieghe all'impasto Per farlo devi alzarlo dal centro, ruotalo di 90° e ripiegalo su se stesso. questo per 3 o 4 volte.

Lascia riposare coperto dalla ciotola per 5/10 minuti.





4 Bagnati le mani e ripeti la stessa operazione di prima, questa volta dando solo 3 pieghe.

Lascia riposare di nuovo per altri 5/10 minuti





5 Un'ultima volta, come prima, bagnati le mani, dai ancora 3 o 4 pieghe poi pirla la palla ottenuta e mettila in una ciotola leggermente unta e copri con un canovaccio umido.

Lascia lievitare per circa 3 h in un luogo al riparo da sbalzi di temperatura e correnti d'aria.





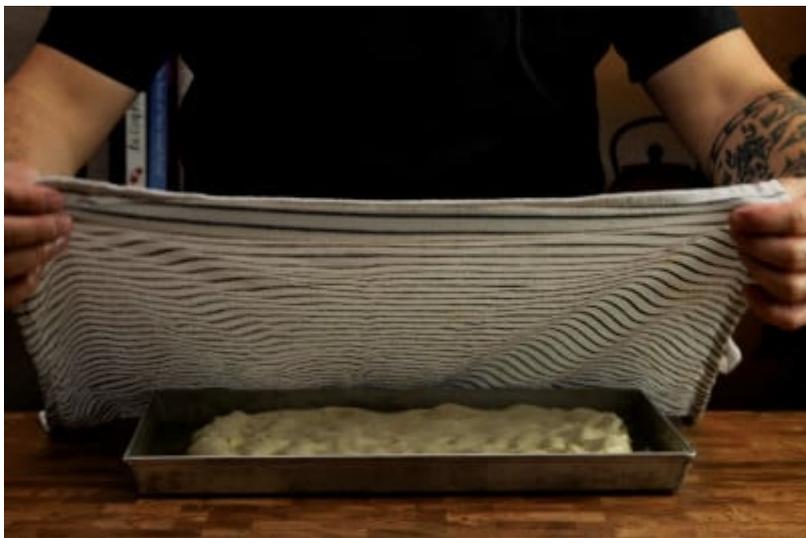
- 6 Taglia a julienne 2 cipolle Intanto in una padella, sciogli due acciughe con un filo d'olio. Metti a rosolare le cipolle, aggiungi un bicchiere d'acqua e lasciale stufare per una decina di minuti.

Aggiungi i pelati e mescolando di tanto in tanto lascia cuocere una decina di minuti. Alla fine la salsa deve essere asciutta e sostanziosa. Lasciala raffreddare.





- 7 Quando l'impasto ha lievitato, ungi una teglia 30x40 con dell'olio, anche sui bordi, e stendici dentro l'impasto. Allargandolo con le dita e tirando gli angoli. Se l'impasto risulta troppo elastico e non riesci a stenderlo nella teglia, copriilo e lascialo riposare 5/10 minuti.





8 Spezza a metà i filetti di acciuga e distribuiscili sulla superficie. Copri con il canovaccio e lascia lievitare per l'ultima volta circa 40 minuti.

Una volta lievitato, cospargi su tutta la focaccia il caciocavallo tagliato a cubetti, copri tutta la superficie, anche i bordi con la salsa di pomodoro e cipolle.

Una bella manciata di origano, una di pan grattato.

Inforna a 250 °C Prima per 15 minuti sul fondo del forno, poi nel ripiano medio alto per altri 15 minuti circa.

Lo sfincione palermitano è pronto. non ti resta che tagliarlo a quadrotti e mangiarlo. Caldo è perfetto, ma posso anche dire che anche freddo si fa mangiare :).



