

PANE, PIZZE E LIEVITATI

Baguette con lievito madre

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **media** PREPARAZIONE: **120 min** COTTURA: **25 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

NOTE: + 9 ORE DI LIEVITAZIONE



INGREDIENTI

- 200 g di farina manitoba
- 200 g di farina 00
- 300 g di acqua
- 150 g di lievito madre pronto
- 12 g di sale
- 1/2 cucchiaino di malto d'orzo.

Baguette con lievito madre, un'ottima idea per impiegare la pasta madre che si produce in abbondanza ogni volta che la rinfrescate. Con l'utilizzo del lievito madre la baguette risulterà molto più aromatica e gustosa.

PREPARAZIONE

- 1** Ho sciolto il lievito madre con un poco di acqua nella quale avevo già sciolto il malto.

Ho setacciato la farina in una ciotola ed aggiunto il sale, poco alla volta ho unito il lievito sciolto nell'acqua. Si otterrà un impasto molto appiccicoso, ma è importante non aggiungere farina.

A questo punto ho coperto a campana, copertina di lana e ogni 40 minuti, per quattro volte, ho delicatamente girato l'impasto sottosopra (io mi sono aiutata con le spatole).

L'impasto all'inizio è davvero appiccicoso.

Qui è dopo i 4 capovolgimenti.



2

A questo punto, visto che ho iniziato alle otto di sera tornando dal lavoro, ho coperto con pellicola e messo nella parte bassa del frigorifero.

La mattina alle 5.30 l'ho levato dal frigorifero, ho rimesso a campana e lasciato sotto la coperta fino alle 7.30.



3

A questo punto l'ho passato sul piano infarinato, ho allargato con le mani infarinate fino a formare un rettangolo, ho spolverato di farina la superficie leggermente e ho fatto tre cicli di pieghe a tre lasciando riposare la pasta sempre 40 minuti tra un giro e l'altro. Qui dopo il terzo giro.



4

A questo punto ho diviso in tre pezzi più o meno uguali, li ho arrotolati leggermente e lasciati nuovamente riposare 40 minuti.



5

Passato il tempo, ho formato le baguette allungandole e nel contempo arrotolando la pasta su se stessa e fermandola ad ogni giro. Le ho trasferite su una teglia con carta forno.



6

A lievitare in forno con pentolino d'acqua fino al raddoppio, poi ho inciso per obliquo il pane e infornato per 25 minuti in forno già caldo a 240°C con due pentolini d'acqua sotto. Messe a raffreddare in piedi.

