

PANE, PIZZE E LIEVITATI

Baguette con lievito madre

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 8 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 40 min COTTURA: 40 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media

NOTE: + 17 ORE PER LA LIEVITAZIONE



INGREDIENTI

190 g di farina 0

118 ml di acqua

50 g di lievito madre

mezzo cucchiaino di sale.

PREPARAZIONE

- 1 Impastare farina ed acqua per 5 minuti.



2 Unite il lievito.



3 Ed impastare per 10 minuti.

Unite il sale ed impastare per altri 10 minuti.



4 Fate lievitare per 2 ore, sgonfiate ridate la forma e fate lievitare altri 2 ore.

Ripetete queste operazioni per 3 volte in tutto.



5 Adagiate delicatamente il composto sopra una spianatoia infarinata e allargate dandogli una forma ovale.



- 6** Arrotolare molto delicatamente fermando bene ogni giro con i pollici, girate sempre delicatamente sulla spianatoia ottenendo un cilindro da 45 cm circa.

Adagiatela sopra una placca foderata di carta forno ed infarinata.



- 7** Coprite con pellicola e fate riposare per 15 minuti.

Trasferite in frigo e fate riposare per 9-10 ore.

Togliete dal frigo e fate lievitare 1 ora.

Spruzzate sul pane dell'acqua e praticate dei tagli con una lametta.



8 Infornate a 240°C per circa 40 minuti.



