

PANE, PIZZE E LIEVITATI

Ciabattine a lievitazione veloce

di: *fortu*

LUOGO: *Europa / Italia*

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



INGREDIENTI

- 300 g di farina 00
- 200 g di manitoba
- 15 g di lievito di birra fresco
- 375 g di acqua
- 3 g di miele
- ½ cucchiaino di zucchero
- 10-13 g di sale (a piacere).

PREPARAZIONE

1 Sciogliere il lievito in 100 ml di acqua (con lo zucchero) e aspettare che si attivi (deve fare le bollicine).

Mettere nella ciotola dell'impastatrice le farine e il miele, e, una volta attivato il lievito, cominciare ad impastare versandolo lentamente



2 aggiungere piano piano anche l'acqua rimasta e continuare a lavorare per 10 minuti.

Aggiungere il sale e continuare ad impastare per altri 10 minuti, fino a quando l'impasto si stacca dalle pareti e ricopre il gancio.

Ungere una ciotola e mettervi dentro l'impasto piuttosto molliccio:



3 Ricoprirlo accuratamente con della pellicola.



4 Accendere il forno per pochi secondi a 50°, poi spegnere e chiudervi dentro la ciotola con l'impasto per farlo lievitare.

Tempo 1 ora e mezza e l'impasto risulterà pieno di bolle (controllare se l'impasto inizia a "sedersi" prima, in quel caso vuol dire che è già pronto).

Livello dell'impasto prima della lievitazione.



5 Dopo un'ora...



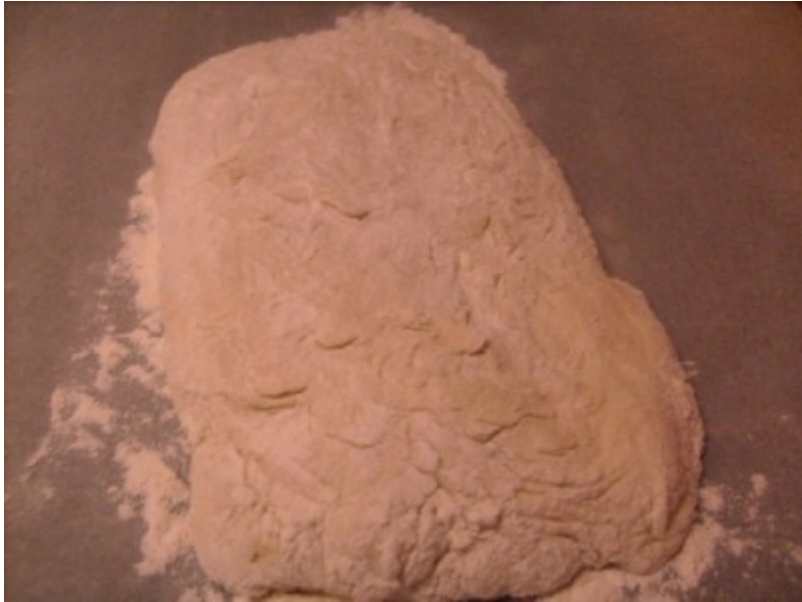
6 Ecco come si presenta...



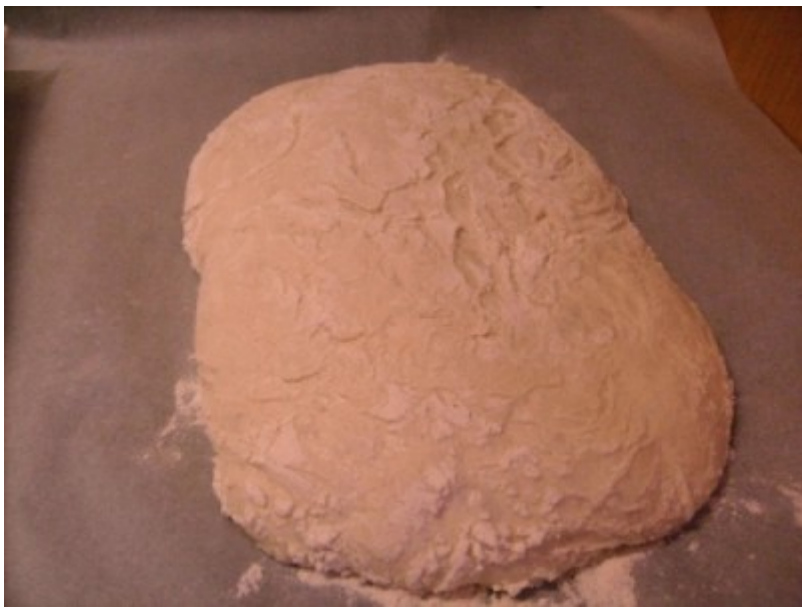
7 Rovesciare sul piano infarinato, tagliarlo in due pezzi, preparate le teglie con carta da forno, adagiarvi le forme e rifare lievitare per un'altra ora.



8 Non manipolare troppo, anzi quasi per niente, devono solo essere "adagate" sulle teglie.



9 Questa è la prima forma infarinata e già adagiata sulla teglia.



10 Nel frattempo accendere il forno al massimo.

Infernare per 15 minuti con la temperatura alta, poi abbassarla un pò e continuare la cottura per altri 15-20 minuti.

Mettere, sulla base interna del forno un pentolino con dell'acqua per rendere l'ambiente vaporoso.

Ed eccole sfornate.



11 Già tagliate e pronte.



12 Un pò più da vicino...



13 Con il pomodoro...

