

PANE, PIZZE E LIEVITATI

## Ciriola

LUOGO: Europa / Italia / Lazio

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

NOTE: + 20 DI RIPOSO



Ciriola: la forma di pane più diffusa a Roma, era “er pane der popolo romano” che amava personalizzarla (famoso divenne il pasto dei muratori a base di questo panino, ripieno da mortadella o broccoletti). Sono anni che la ciriola detta anche anguilletta, il tipico pane a forma di pallone di rugby e ripieno di mollica, è diventato raro nelle panetterie della Città Eterna, sostituito da rosette soffiate e baguette.

### PER LA BIGA

500 g di farina manitoba  
225 g di acqua  
5 g di lievito di birra fresco.

### PER IL RINFRESCO

500 g di farina di grano tenero tipo 0 o 00  
325 g di acqua  
15 g di lievito di birra fresco  
5 g di malto d'orzo  
20 g di sale.

# PREPARAZIONE

- 1 Preparare una biga e farla riposare 15-18 ore.



- 2 Aggiungere gli ingredienti del rinfresco alla biga.



- 3 Tempi di impasto:

impastatrice a spirale: 3 minuti in 1° velocità – 6 minuti in 2° velocità

impastatrice tuffante: 4 minuti in 1° velocità – 7 minuti in 2° velocità

Temperatura finale impasto: 26°C

Amalgamiamo la farina e il lievito di birra fresco disciolto nell'acqua a temperatura

ambiente.

Temperatura 18/20 gradi.

Per l'impasto:

(uguale procedura per metodo indiretto o diretto)

impastiamo la biga (metodo indiretto) o il lievitino (metodo diretto) con gli altri ingredienti: farina, malto, lievito e acqua.



**4** A metà impasto aggiungiamo il sale e completiamo la lavorazione.



- 5 Pennelliamo la boccia con olio extravergine d'oliva e mettiamo la pellicola trasparente.  
(serve per evitare che l'impasto si asciughi in superficie)



- 6 Copriamo con un telo e la lasciamo riposare:  
per circa 30 minuti (metodo indiretto)  
per circa 5 ore (metodo diretto)





**7** Spezziamo del peso di 120 g e formiamo delle palline.



- 8 Raffiniamo le palline poco e da subito con la sfogliatrice, senza riposo, e con il cilindro in posizione 1, poi a 2. Se non abbiamo la sfogliatrice possiamo usare il mattarello. Tiriamo delle sfogliette un pochino erte e allungate.



9 Arrotoliamo con 3 o 4 giri e formiamo a filoncino.







10 Disponiamo i filoncini su teglie o su un telo dandogli una forma appuntita alle estremità.



- 11 Lasciamo lievitare le cirole per circa 60/70 minuti a poi le tagliamo sul dorso con una lametta in senso longitudinale.



- 12 Inforniamo con vapore a 240° C.



**13** Prima d'infornare vaporizziamo dell'acqua con uno spruzzino, per creare un ambiente caldo e umido nel forno.





14 Ripetiamo la vaporizzazione altre due volte durante i primi 5 minuti di cottura.



15 La cottura impiega circa 25 minuti.





16 Questo è risultato finale:

