

Fare il PANE con Pasta Madre_2

Per fare il pane con PM è necessario ... cominciare a pensarci il giorno prima...

Prelevare dal barattolo in frigo 50 gr di PM e procedere con un rinfresco aggiungendo 40 gr di acqua e 50 di farina. Far lievitare finché raddoppia di volume (6 ore circa a temperatura ambiente).

Se la PM giace in frigo da più giorni, meglio fare un secondo rinfresco, con le stesse proporzioni (ma raddoppierà in un tempo un poco più breve).

In questo modo la PM sarà sufficientemente attiva da far lievitare il vostro pane.

In modo semplificato potete poi procedere così:

utilizzate tutta la PM ottenuta (400gr dai due rinfreschi) e scioglietela con 400 gr di acqua.

Aggiungete poi circa 650/700 gr di farina (di cui massimo 100 gr integrale, il resto tipo 2 oppure 0), 15 gr di sale con l'ultimo pugno di farina ed impastate bene. Poi procedete come più sotto descritto dal punto: “- Prima lievitazione (puntata) e pieghe” ma con i tempi corrispondenti a quando avete iniziato.

Se invece volete un risultato super, procedete così:

- Primo impasto: “starter”: (la sera) **ore 21.00 circa**

150 g. di farina 0 o tipo 2

200 g. di acqua circa

50 g. del lievito madre (rinfrescato almeno due volte in giornata)

Sciogliere il lievito con l'acqua, impastare tutto bene con un cucchiaino dentro una ciotola, coprire con pellicola e lasciare tutto a fermentare per tutta la notte a temperatura intorno 20/21°. A temperatura più alta fermenterà prima.

- Impasto finale (giorno dopo) **ore 7 circa**

750 g. di farina 0 o tipo 2

100 g. di farina di segale integrale (o altra farina integrale)

460 g. di acqua tiepida (25° gradi circa)

15 g. di sale

400 g. di pasta madre – cioè quella piuttosto liquida (starter) riattivata la sera prima

Mettere in una ciotola tutti gli ingredienti (a parte il sale che verrà aggiunto per ultimo). Lavorare fino a quando si ottiene una massa omogenea.

- Prima lievitazione (puntata) e pieghe **ore 8.00 circa**

Coprire con telo umido e lasciare lievitare per 2,5 ore a temperatura ambiente (24/25°) non in corrente d'aria!

Questa prima fermentazione in termine tecnico si chiama "puntata".

Nel corso della puntata sarebbe bene "fare le pieghe" all'impasto, il pane finale ne guadagnerebbe. Al massimo ogni 50 minuti di puntata (quindi solo due volte) prendi i bordi dell'impasto e rigiralo su se stesso, come faresti per piegare un asciugamano.

Dopo ogni ciclo di pieghe rigirare la massa in modo che le pieghe restino sotto.

- Formiamo le pagnotte **ore 10.30 circa**

Al termine della puntata, dividere l'impasto in due o tre forme. Rifare le pieghe, chiudere bene l'impasto sotto e metterle a lievitare ancora un paio d'ore a 24/25° in ambiente umido come sopra.

Il metodo migliore per ottenere delle belle pagnotte è sistemare le porzioni di impasto in cestini di vimini coperti con un tovagliolo infarinato di semola (o comunque di farina). Al momento di infornare si rigira semplicemente la forma sulla teglia o sulla pietra refrattaria e si praticano alcuni tagli profondi con un coltello affilato o un cutter.

In questa fase è fondamentale osservare le forme per capire se la lievitazione sta procedendo correttamente, un po' di esperienza ti farà capire se la cottura va anticipata un pochino o no, poiché a volte le forme si "sgonfiano" al momento dei tagli, segno che la lievitazione è andata un po' oltre.

- Cottura

Infornare per 40/45 minuti con vapore (una ciotola di acqua già bollente dentro il forno, poco prima di infornare) a 230° per 10 min, poi abbassare a 190-200°.

Il forno va pre-riscaldato, in modo che sia tutto alla massima temperatura quando si inforna. Se la si possiede, è utile inserire una pietra refrattaria in forno.

Il pane può dirsi ben cotto quando il colore della crosta è leggermente bruno (caramellizza) e se battendolo sotto con le nocche "suona" cupo.