



CIABATTA

INGREDIENTI

PRIMO IMPASTO (Polish)

- Farina Manitoba (0) 100 g
- Farina 00 50 g
- Lievito di birra (2 g secco – 6 g fresco)
- Acqua 150 ml

SECONDO IMPASTO

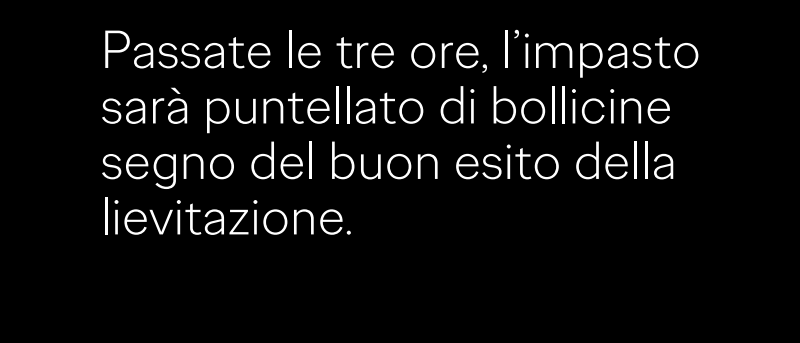
- Farina Manitoba (0) 200 g
- Farina 00 100 g
- Lievito di birra (3 g secco – 9 g fresco)
- Acqua 160 ml
- Zucchero 5 g o miele
- Sale fino 10 g

1



Per il primo impasto sciogliere il lievito nell'acqua tiepida e mischiare con le farine grossolanamente (l'impasto è liquido e basta anche una forchetta).

Coprire con della pellicola trasparente alimentare e lasciare lievitare per tre ore circa a temperatura ambiente (lontano da correnti d'aria).



Passate le tre ore, l'impasto sarà puntellato di bollicine segno del buon esito della lievitazione.

2



Per il secondo impasto aggiungere le farine al primo e cominciare ad impastare.

Sciogliere il lievito e lo zucchero (o il miele*) in acqua tiepida e aggiungerla poco alla volta all'impasto.

Impastare per una ventina di minuti (dopo 10 aggiungere il sale) fino ad ottenere un impasto omogeneo ed elastico ma ancora umido e appiccicoso**.

** Il miele rende più profumato e dorato il pane ma utilizzate quello normale per non dare sentori strani al pane (es. quello di castagno lo rende amaro).*

*** Le farine assorbono in maniera differente quindi correggere con acqua se l'impasto è asciutto o farina se troppo liquido.*

3



Coprire e lasciar lievitare per un paio d'ore fino al raddoppio del volume dell'impasto.

Quando l'impasto risulta bello gonfio rovesciarlo delicatamente (per non far uscire l'aria incorporata durante la lievitazione) su un piano ben infarinato.

Sporcare anche la parte superficiale dell'impasto con la farina e dagli una forma regolare allungata.

4



Con delicatezza allargare l'impasto quindi ripiegare uno dei lati lunghi a metà dell'impasto.

Ripetere con il lato opposto.

Prendere le altre due estremità e ripiegare anch'esse alla metà dell'impasto.

5



Fare l'ultima piega chiudendo a libro l'impasto. Con delicatezza compattare i lati riallungando un poco l'impasto.

Tagliare l'impasto in 5/6 panetti (raddoppieranno di dimensione).

Con le mani infarinate e sempre delicatamente, regolarizzare la forma dei panetti.

6



Riporre i panetti su una teglia, con carta forno ed infarinata, mantenendo una buona distanza l'uno dall'altro.

Coprire con pellicola trasparente alimentare (fare attenzione ad avere i panetti infarinati per evitare che la pellicola si attacchi).

Fare lievitare un'ora circa.

Infornare con forno in temperatura a 240° per 8-10 minuti, poi spegnere il forno aprirlo leggermente e attendere altri 5 minuti prima di sfornare il pane.

7



Puoi servire.

BUON APPETITO

Far raffreddare il pane su una griglia in modo che possa disperdere l'umidità anche dal fondo. Questo pane è ottimo anche da congelare.



www.RicetteOrizzonti.it

@ricetteorizzonti