Una giornata con le mai in pasta… madre :)

Come fare il pane in casa con il lievito madre.

Ecco come mi piace passare una giornata!

Immersa nella campagna, tutto verde intorno, il profumo dell'erba, oche e galline che si aggirano libere nei prati e che rubano qua e la qualche foglia di insalata, il tepore del camino acceso e le mani sporche di farina! Si oggi infatti sarò impegnata con una bella Ricetta per fare il pane con lievito madre.

Sono al ristoro di un amico, "Dai cornuti" in campagna a Ladispoli non distante da Roma. Lezione di panificazione e pasta madre con l'appassionatissimo Davide e la mitica Stefania blogger e panificatrice di "Appassionatinellacucinadistefy"

E' da un po' che mi diletto con il pane fatto in casa e da un paio di anni ho anche il mio caro VITO, il mio lievito madre.

La lezione inizia con un po' di teoria sulle farine, sul

lievito, su come si fa e come si mantiene. Si parla di rinfreschi, di esubero di pasta madre, di licoli, di pieghe e formature… mamma mia quanto devo studiare!!!!

E dopo un'infarinata teorica… (ok battutaccia) si parte con l'impasto del pane.

Questa la ricetta:

Ingredienti:

- 500 gr di farina, noi abbiamo usato Vivenza
- 325 gr di acqua
- 100 gr di lievito madre
- 10 gr di sale

Bene, gli ingredienti li abbiano ora iniziamo ad imparare questa nuova Ricetta per fare il pane con lievito madre. Per prima cosa abbiamo sciolto il lievito in un po' d'acqua di quella già pesata. In una ciotola abbastanza grande abbiamo unito farina, sale, il lievito sciolto e pian piano l'acqua.

Raggiunta una buona consistenza abbiamo passato l'impasto sulla spianatoia e abbiamo continuato ad impastare per circa 10 minuti. Abbiamo messo poi a riposare la pasta per circa mezz'ora coperta dalla ciotola.

Trascorso questo tempo

abbiamo infarinato la spianatoia e allargato l'impasto, abbiamo poi effettuato una serie di pieghe a 3,

ripiegando l’impasto prima per il lato più lungo e poi da quello più corto ancora su stesso.

Dopo l’ultima piega abbiamo messo nuovamente a riposare l’impasto per un paio d’ore circa.

Trascorso questo tempo abbiamo fatto la forma rotonda al pane e lo abbiamo riposto con la chiusura verso l’alto in un cestino con un canovaccio spolverato di farina. Richiuso ancora con il canovaccio lo abbiamo messo a lievitare per l’ultima volta fino a che raddoppiasse di volume.

Finito pronti per la cottura!!!!

Il tempo di lievitazione è sempre difficile da indicare, dipende sempre dalla temperatura esterna, se fa caldo o freddo ecc ecc… io prima di cuocere ho atteso circa 6-7 ore, ma in estate il tempo si dimezza.

Per la cottura, ho preriscaldato il forno a 250°, ho messo la mia pagnotta sulla leccarda spolverata di farina, ho fatto un buco al centro per avere una ciambella e fatto un taglio lungo la parte esterna di questa. All’interno del forno ho messo anche un pentolino con dell’acqua ed ho infornato e cotto per 20min a 250°, 20 minuti a 200° e gli ultimi 20 minuti ho abbassato ancora a 180° e ho aperto leggermente il forno in modo da lasciare una fessura d’aria. Il pane ha cotto in totale quindi per 60 minuti.

Quando l’ho sfornato l’ho lasciato raffreddare lasciandolo rialzato in modo da far risalire l’umidità verso l’alto e non far “ammosciare” la crosticina…

mmmh che buono!!!!

questo il risultato:

Metodo Autolisi

Abbiamo fatto anche una seconda ricetta seguendo il metodo dell’autolisi.

In pratica con la stessa ricetta e gli stessi ingredienti abbiamo fatto una sorta di preimpasto: in una ciotola capiente abbiamo inserito la farina e circa metà dell’acqua pesata e abbiamo impastato grossolanamente.

Quando si sono formate tipo degli “straccetti” abbiamo lasciato riposare l’impasto per favorire la formazione del glutine ed avere quindi un impasto più elastico. Dopo circa un’ora abbiamo aggiunto la restante acqua ed il lievito sciolto con parte dell’acqua dosata ed ho impastato.

In questa fase si potrebbero aggiungere anche altri ingredienti per esempio noci, olive, semi di lino o papavero (come ha fatto Davide) crusca, fiocchi d’avena… insomma libero sfogo alla creatività.

Ho scelto di fare questa pagnotta senza sale per capire anche la differenza di gusto e struttura del pane, ma cmq volendo in questa fase si può aggiungere. Abbiamo quindi impastato bene fino ad ottenere la giusta consistenza dell’impasto e lasciato riposare.

Da qui in poi tutto diventa uguale al primo metodo. Quindi riposo per 30 minuti, pieghe, riposo, formatura e riposo fino alla completa lievitazione. Pronti quindi alla cottura con i 3 step e via!

E questo è il risultato