

GUIDA ALLA PREPARAZIONE DELLO STARTER

GIORNO	INGREDIENTI	LAVORAZIONE
1	25 g farina di grano integrale 25 g acqua	Mettete gli ingredienti in un contenitore, mescolate, coprite con un telo fermato da un elastico e fate riposare 24 ore.
2	25 g farina di grano integrale 25 g acqua	Trasferite il composto in un contenitore pulito e aggiungete la stessa quantità di ingredienti. Mescolate, coprite e fate riposare altre 24 ore.
3	25 g farina di grano integrale 25 g acqua	Trasferite il composto in un vaso pulito e aggiungete ancora la stessa quantità di ingredienti. Mescolate, coprite e fate riposare altre 24 ore. A questo punto potrebbero manifestarsi le prime bolle, segno dei moltiplicarsi dei lieviti e dei batteri. Se non accade, ripostateli in un luogo più caldo e ripetete l'operazione per altri 2 giorni.
4	50 g farina di grano integrale 30 g acqua	Prelevate 20 g di starter e ponetelo in un vaso pulito. Scartate il resto. Aggiungete gli ingredienti indicati e mescolate fino a ottenere un impasto omogeneo, senza residui secchi. Dovrebbe essere piuttosto denso. Copriate e fate riposare 24 ore.
5	50 g farina di grano integrale 30 g acqua	Prelevate ancora 20 g di starter e ponetelo in un vaso pulito. Aggiungete gli stessi ingredienti e mescolate fino a ottenere un impasto omogeneo, senza residui di farina. Copriate e fate riposare 24 ore.

14

IL PANE

GIORNO INGREDIENTI LAVORAZIONE

6	50 g farina di grano integrale 30 g acqua	Riducete l'ossigenazione del giorno precedente, avendo cura di porre lo starter in formazione in un ambiente abbastanza caldo.
7	50 g farina di grano integrale 30 g acqua	Ripetete ancora l'operazione del giorno precedente, sempre avendo cura di scegliere un ambiente abbastanza caldo.
8-14	50 g farina di grano integrale 30 g acqua	Se lo starter ha raddoppiato il suo volume e manifesta una notevole alveolatura (bolle) 12 ore dopo l'ultimo rinfresco potrebbe essere già pronto all'uso. Se al contrario, pur dando segni di vita, il suo volume non aumenta molto, continuate con lo stesso schema di carci e rinfreschi ogni 24 ore fino a che non avete ottenuto quel risultato. Provate a usare acqua leggermente più calda e a mettere il contenitore in un luogo più caldo.
15-21	50 g farina di grano integrale 30 g acqua	Se il vostro starter non è abbastanza attivo, ripetete ancora il processo. Una volta che avrete ottenuto uno starter vigoroso e dal comportamento stabile potrete essere più flessibili riguardo al luogo di coltura e alla velocità di rinfreschi.

GUIDA ALLA PREPARAZIONE DELLO STARTER

15



26

IL PANE

PANE SCURO

Se quello che cercate è la ricchezza aromatica e la consistenza, allora dovete ricorrere alle farine integrali. Questo pane contiene almeno il 50% di farina integrale, ma ciò non significa che non si possa variare il tipo di farina: grano khorasan, farro scuro e farro monocolco sono tutte ottime alternative. Personalmente amo il grano khirasan per l'aroma e la consistenza che sa donare al pane. Il pane scuro si presta anche ad altre sperimentazioni, come le variazioni dei tempi di lievitazione e il grado di idratazione dell'impasto. A ogni informato questo pane ci insegna qualcosa. Se nel fine settimana i buoni propositi (mangiare cibi più sani e con più fibre) lasciano il posto alla ricerca di sapori più ricchi, per gli altri giorni questo pane è certamente tra le scelte migliori.

INGREDIENTI PER UNA PAGNOTTA DA 900 g

1. Lievito

20 g farina di grano integrale
45 g acqua
30 g starter di farina bianca (8-12 ore dopo l'ultimo rinfresco)

2. Impasto

200 g farina integrale di grano khorasan
200 g farina bianca forte
350 g acqua
150 g lievito
10 g sale marino

1. Mettete tutti gli ingredienti in un contenitore di medie dimensioni, mescolate, coprite (non ermeticamente) e lasciate a temperatura ambiente per 4-6 ore.

2. Unite la farina e l'acqua in un'ampia ciotola e mescolate con un cucchiaio o con le mani finché non restano tracce di farina. In alternativa potete utilizzare un'impastatrice planetaria munita di gancio specifico per il pane, che farà girare per 2-3 minuti a bassa velocità. Raschiare i bordi della ciotola, coprite e lasciate riposare per 40 minuti.

Incorporate il lievito distribuibolo bene e lavorate l'impasto con una mano: in questa fase l'impasto è molto appiccicoso e l'altra mano vi servirà per tenere ferma la ciotola. Aggiungete il sale distribuendolo uniformemente sull'impasto.

Mescolate bene l'impasto per 5-10 minuti. Se utilizzate la planetaria fate girare per 2 minuti a bassa velocità e 3-5 minuti a velocità media.

3. Ungete con olio di girasole le pareti di una grande ciotola o di un diverso contenitore con coperchio. Trasferite l'impasto, coprite e fate riposare per 30 minuti.

4. Espongite 4 pioggioli di rinforzo, osservando 30 minuti di pausa tra una piogia e l'altra, poi fate riposare l'impasto per altre 2-3 ore.

5. Svolmate l'impasto e fate riposare per 30 minuti.

6. Date all'impasto una forma circolare.

7. Trasferite la pagnotta in un cestino da lievitazione, coprite e mettete in frigorifero per 18-24 ore.

8. Mettete il forno una teglia di ghisa con coperchio e preriscaldate a 240°C per almeno 20 minuti. Facendo attenzione a non scottarsi, togliete la teglia dal forno, inserite la forma di pane, coprite e mettete in forno. Riducete la temperatura a 220°C e cuocete per 15 minuti, poi riducete la temperatura a 200°C e cuocete per altri 18 minuti. Rimuovete il coperchio e cuocate ancora per 10-15 minuti (coprire terminate la cottura su una piacca, finché il pane non ha raggiunto il colore desiderato).

PANE SCURO

27

BRIOCHE

Il pan brioche è una delle basi più utilizzate, non solo per i dolci (è ottimo anche con farciture salate, e con alcuni accorgimenti viene utilizzato anche per gli Ho: Dog e gli Hamburger). Nella sua forma più tipica, tuttavia, rimane uno dei dolci più richiesti per la prima colazione. L'impasto deve essere raffreddato in frigorifero per risultare sufficientemente plastico e malleabile. La fase di lievitazione, invece, richiede temperature più alte del normale: se già all'inizio il pan brioche non lievita abbastanza, nessun intervento successivo vi consentirà di rimediare. Sviluppare un impasto così ricco con il solo lievito di pasta madre è una sfida e richiede tempo e pazienza: il risultato finale, tuttavia, sarà davvero appagante, con la complessità e la lieve acidità dell'impasto associati al dolce e ricco sapore del burro, e manterrà la sua morbidezza per diversi giorni.

INGREDIENTI PER 9-12 BRIOCHE

1. Lievito (prima fase)
30 g farina bianca forte
30 g acqua
15 g starter di farina bianca
(8-12 ore dopo l'ultimo rinfresco)

2. Lievito (seconda fase)
100 g farina bianca forte
60 g acqua
50 g lievito
25 g zucchero semolato (fine)

3. Impasto
350 g farina bianca forte
220 g uova intere
200 g burro
60 g zucchero semolato (fine)
7 g sale marino
200 g burro tagliato a cubetti di 2 cm circa

Glacé
uova sbattute e un pizzico di sale

1. Mescolate tutti gli ingredienti in uno ciottolo di media dimensione, mescolate, coprite (non ermeticamente) e lasciate a temperatura ambiente per 8-12 ore.

2. Unite la farina l'acqua, lo zucchero e 50 g di lievito in una ciottola, coprite (non ermeticamente) e lasciate riposare in un ambiente tiepido per 12-16 ore.

3. Unite la farina e le uova a 200 g di lievito nella ciottola di un'impastatrice planetaria munita di gancio specifico per il pane; fate girare per 7-8 minuti a bassa velocità.

Raschiate i bordi della ciottola e fate girare ancora a velocità media per 3 minuti. Coprite e lasciate riposare per 30 minuti.

Aggiungete lo zucchero e il sale nella ciottola e fate girare per 5 minuti a bassa velocità e altri 5 minuti a velocità media. Incorporate il burro, ancora freddo e un cubetto alla volta, mentre l'impastatrice gira a bassa velocità. Assicuratevi che ogni pezzetto si amalgami bene all'impasto. Raschiate i bordi della ciottola regolarmente. Fate girare per altri 10-20 minuti dopo l'aggiunta del burro. La durata precisa di questa fase dell'impasto dipende dall'efficienza e dalla potenza del mixer, dunque è possibile che dobbiate farlo girare più a lungo. L'impasto è pronto quando potete sfilarlo con le mani e creare una sottile finestra trasparente.

Ungete con olio di girasole una ciottola o un altro contenitore di grandi dimensioni. Trasferite l'impasto, coprite e lasciate riposare per 3-4 ore in un ambiente tiepido (idealmente la temperatura sarà di almeno 24° C). Un forno leggermente preriscaldato con all'interno una ciottola d'acqua che continua a diffondere calore sarà un'ottima scelta di lievitazione.

L'impasto non crescerà molto in questa fase, ma i microrganismi acquisitevano sufficiente vigore per portare a termine la lievitazione finale. Eseguite 1-2 pieghe di rinforzo se avete l'impressione che l'impasto manchi ancora di forza.

Trasferite l'impasto in frigorifero per 1-2 ore, finché non risulta abbastanza consistente e malleabile.

Foderate una teglia che misuri circa 20 x 30 cm con carta da forno. Dividete l'impasto in 9 o 12 quadrati uguali. Approssimativamente peseranno 100 g ciascuno. Spolverate lievemente il tutto di farina e con la base dei panetti che tocca il piano di lavoro non infarinate; eseguite dai piccoli movimenti circolari con entrambi le mani distese e copri per dare loro una forma arrotondata, con la parte alta lieve e morbida. Disponete i panetti in file di tre nella teglia. Lasciate riposare i panetti per la lievitazione finale 16-24 ore a una temperatura di circa 24° C.



BRIOCHE

12. Miscelate olio extra-vergine d'oliva e acqua da spargere uniformemente sulla superficie. Coprigliete anche con il foglio smarruzzato, le erbe aromatiche e il sale marino. Fate penetrare bene il trito nell'impasto agitando con la forca.

13. Quando la focaccia è pronta per la cottura, mettetela 100-200 g di focaccia nella teglia precedentemente riscaldata,

poi mettetela la focaccia in forno, riducete la temperatura a 225° C e cuocete per 15 minuti. Se non è tutta evaporata, rimuovete l'acqua dal forno e cuocete per altri 10-15 minuti. La focaccia è pronta quando è ben dorata in superficie e anche sul lato inferiore.

14. Lasciate raffreddare nella teglia almeno 30 minuti prima di tagliare e servire.

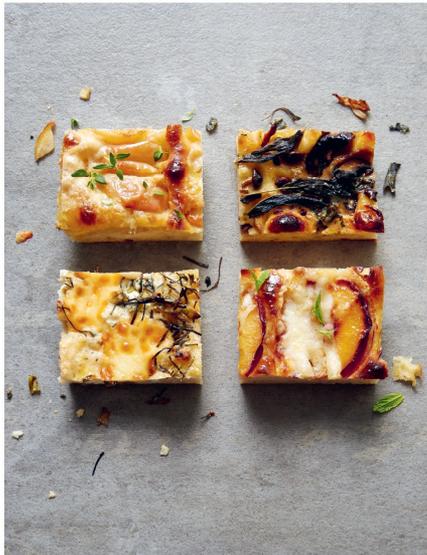
180 g di formaggio caprino fresco nei 10 minuti finali di cottura. Quando la focaccia si è già sufficientemente raffreddata, coprigliete con foglie di menta fresca grossolanamente sminuzzate.

RICETTA: SCALOGNO, ERBA CIPOLLINA, PROVOLONE E PARMIGIANO

Coprigliete l'impasto steso nella teglia con 150 g di ricotta appena prima di infornare. Spruzzate la superficie con olio extra-vergine d'oliva mescolato con sale e pepe e aggiungete 100 g di scalogno affettato a 30 g di erba cipollina tritata, spingendo tutto delicatamente nell'impasto con la dita. Aggiungete 100 g di provolone a cubetti e 50 g di parmigiano grattugiato 10 minuti prima di terminare la cottura.

POMODORO E MOZZARELLA

Coprigliete l'impasto già steso con salsa di pomodoro aromatizzata con aglio, origano, zucchero, aceto, sale e pepe. Coci la ricetta a p. 189 appena prima di infornare; aggiungete mozzarella sminuzzata e altri 100 g di formaggio negli ultimi 10-15 minuti di cottura. Guarnite con foglie di basilico sminuzzate.



FOCACCIA

ALTRE GUARNIZIONI CONSIGLIATE

FUNGHI, SALVIA E GORGONZOLA

Prima di infornare, coprigliete sull'impasto 300 g di funghi lavati e affettati, insieme a 8-10 foglie di salvia spezzettata. Fate cadere un po' d'olio extra-vergine d'oliva e condite con sale e pepe. Spargete sulla focaccia 200 g di gorgonzola sminuzzato per gli ultimi 10-15 minuti di cottura.

MELA, FONTINA E TIMO

Prima di infornare, lavate e affettate sottilmente 2 mele croccanti, che disporrete sulla superficie della focaccia. Spargete giovedì foglie di timo sulle fettine di mela e olio extra-vergine d'oliva. Aggiungete 200 g di fontina sminuzzata grossolanamente negli ultimi 10-15 minuti di cottura. Aggiungete timo fresco prima di servire.

PESCA, CAPRINO E MENTA

Prima di infornare, lavate e affettate 3-4 pesche mature. Tagliatele a spicchi e disposte sull'impasto steso nella teglia, esercitando una pressione con la dita per incorporare meglio. Aggiungete

BAGUETTE

La baguette è il più tipico pane francese e ha acquistato grande popolarità nel resto del mondo solo recentemente. Al momento è tra le forme di pane più richieste, e se preparata correttamente possiede doti di consistenza e aromaticità decisamente uniche. Gli estimatori della baguette giudicano la sua qualità dal rumore della crosta quando viene stretta fra le dita. Produrre baguette unicamente con la pasta madre è una sfida da ricetta originale francese prevede proprio questo tipo di lievito, tuttavia molti panificatori preferiscono aggiungere un po' di lievito di birra, ma la perfetta combinazione di tempo, fermentazione e innesco vi faranno realizzare un pane straordinario: croccante fuori e morbido dentro. Anche se i primi tentativi dovessero andare male, il pane sarà comunque buono, quindi preparatevi a un lavoro di lento e progressivo perfezionamento. La ricetta prevede di lavorare l'impasto durante la notte e di cuocerlo il giorno successivo.

INGREDIENTI PER 3 BAGUETTE DA 100 g

1. Lievito (seconda fase)
10 g farina bianca forte
10 g acqua
5 g starter di farina bianca
(80% pre-oppo fatto in
rinfresco)

2. Lievito (seconda fase)
90 g farina bianca forte
90 g acqua

3. Impasto
450 g farina bianca
350 g acqua
140 g lievito
10 g sale marino
5 g sciroppo di malto o
zucchero di canna scuro

1. Mettete gli ingredienti in una ciottola, mescolate, coprite e lasciate riposare in un ambiente tepido per 8-12 ore.

2. Unite la farina e l'acqua al lievito, mescolate, coprite e lasciate riposare in un ambiente tepido per 6-8 ore.

3. Mescolate la farina, l'acqua, il sale e lo sciroppo di malto al lievito precedentemente preparato in un ampio contenitore, mescolando con un cucchiaio o a mano finché non rimane alcun residuo di farina, impastate con una mano in questa fase la massa è molto appiccicosa e l'altra mano vi servirà per tenere ferma la ciottola.

Continuate a lavorare l'impasto a mano per 5-8 minuti. In alternativa potete utilizzare una planetaria munita di gancio specifico per il pane, facendola girare per 2-3 minuti a bassa velocità e per 2-3 minuti a velocità media.

Ungete le pareti di un ampio contenitore con olio di girasole. Trasferitevi l'impasto, coprite e fate riposare per 30 minuti.

Eseguite 3 pieghe di rinforzo, osservando 30 minuti di pausa tra una piega e l'altra, poi fate riposare per mezz'ora.

Coprite e trasferite il tutto in frigorifero per 12-36 ore.

Dividete l'impasto in 3 pezzi da 300g, date loro una forma circolare e riponeteli su una superficie leggermente infarinata, spolverando di farina anche la parte superiore, lasciate quindi riposare per altri 30-40 minuti.

Prendete un panetto, meglio se freddo per agevolare la formatura, e rovesciatelo su una superficie leggermente infarinata così che la parte non infarinata si trovi in alto. Tirate delicatamente l'impasto per ottenere una forma allungata, poi ripiegate la forma portando le parti allungate verso il centro. Ripiegate ancora l'impasto in due nel senso della lunghezza (a questo punto l'impasto avrà una forma quadrata) e sigillate i bordi sulle due parti. Capovolgete la forma così da avere la "cucitura" nel di sotto, a contatto con la superficie di lavoro leggermente infarinata e iniziate a modellare il filoncino facendolo rotolare con le palme delle mani e premendo delicatamente dal centro verso l'esterno. Premete con più forza sui due estremi così da dare alla baguette la classica forma affusolata. Ripetete le operazioni con gli altri due panetti.



BAGUETTE

39

38

IL PANE

FOCACCIA DI RECCO

Questa preparazione è una specialità ligure realizzata con un formaggio locale difficile da reperire al di fuori della zona di produzione (Recco e Camogli), ma che si può rimpiazzare con lo stracchino o altri tipi di crescenza con buoni risultati. È una delle innumerevoli focacce al formaggio presenti nella cucina italiana e internazionale, che come quarantenne prevedono non solo formaggio e olio d'oliva, ma anche salumi, verdure ed erbe aromatiche; la sua particolarità è di contenere la crescenza tra due sottili strati di pasta. Prodotta normalmente con o senza lievito, qui presentiamo la versione lievitata con la pasta madre.

INGREDIENTI PER UNA FOCACCIA DA 35 x 45 cm

l'impasto per focaccia (completate la ricetta di p. 57) fino al ripoio in frigorifero dell'impasto) 600 g stracchino (oppure un mix di formaggi che includa focaccia di formaggio fresco, taggiasco e mozzarella) olio extravergine d'oliva (opzionale)

1. Dividete l'impasto in 2 pezzi uguali e date loro una forma arrotondata. Lasciate riposare, coperte, su una superficie leggermente infarinata per 20-30 minuti.

2. Pre-riscaldare il forno a 240° C. Foderate con carta da forno una teglia dalle dimensioni di circa 35 x 45 cm.

3. Stendete una parte di impasto con il mattarello, fino a raggiungere uno spessore di pochi millimetri (e in ampiezza la dimensione della teglia), e trasferitela nel contenitore sulla carta da forno. Aggiungete il formaggio in piccole parti distribuite uniformemente su tutta la superficie. Stendete con il mattarello anche l'altro panetto di impasto, vaporizzate un po' d'acqua sui bordi e

adagiate il secondo strato di pasta sul primo. Premete sui bordi per sigillare il tutto e avvelenate alcuni fori sulla superficie per permettere al vapore di uscire in cottura. Coniugate le superfici di olio extravergine d'oliva (opzionale). La focaccia a questo punto è pronta per essere infornata, ma se preferite potete lasciarla riposare per un'altra ora o due, a temperatura ambiente, prima della cottura.

4. Cuocete per 20-25 finché la crosta non assume un bel colore dorato e il formaggio non ribolla all'interno. Spegnete la focaccia calda o fredda.



58

IL PANE

FOCACCIA DI RECCO

59

BAGEL

I bagel sono ciambelle molto popolari in area mitteleuropea ma che si stanno diffondendo un po' ovunque. Di origine ebraico-polacca (a forma ad anello simboleggiava il ciclo della vita), la loro caratteristica principale è la breve bollitura in acqua che precede la cottura al forno. I bagel di pasta madre sono davvero i migliori che si possono preparare. Ricchi di consistenza, deliziosi, non induriscono poche ore dopo essere usciti dal forno, l'impasto è abbastanza asciutto e facile da lavorare, dunque può essere un buon punto di partenza per sperimentare con la pasta madre.

INGREDIENTI PER 12 BAGEL

1. Lievito (secondo fase)
30 g starter di farina bianca (8-12 ore dopo l'ultimo rinfresco)
35 g acqua
35 g farina bianca forte

2. Lievito (secondo fase)
100 g farina bianca forte
90 g acqua
55 g zucchero semolato

3. Impasto
350 g acqua
450 g farina bianca forte
500 g farina bianca
300 g lievito
12 g sciroppo di malto
17 g sale marino

Asiatura

Per bagel classici in semi: 300 g semi di papavero o di sesamo. Per bagel ai semi più diversi: 200 g semi di sesamo, 100 g semi di cumino nero, 20 g semi di cumino, 30 g semi di finocchio, 2 spezierie piccanti (frayumuti), 15 cucchiaini sale marino

Cottura

acqua
sciroppo di malto

1. Mettete gli ingredienti in una ciotola, mescolate, coprite e lasciate riposare a temperatura ambiente per 8-12 ore.

2. Aggiungete la farina, l'acqua e lo zucchero al lievito, mescolate, coprite e lasciate riposare in un ambiente caldo per 8-10 ore.

3. Quando siete pronti a lavorare l'impasto, unite l'acqua, 300 g di lievito, lo sciroppo di malto, la farina e il sale in una ciotola di generose dimensioni. Mescolate con un cucchiaino e con le mani finché gli ingredienti non sono perfettamente combinati, dopodiché rovesciate la massa su un piano di lavoro e impastate per 10 minuti. Non infarinare la superficie di lavoro, usata piuttosto un raschietto per aiutarvi a togliere ogni residuo appiccicoso e unirvi alla massa dell'impasto. In alternativa potete utilizzare una planetaria munita di gancio specifico per il pane, ma essendo l'impasto piuttosto duro dovrà avere una buona potenza. Se scegliete di usare la macchina, 10 minuti a bassa velocità

divrebbero essere sufficienti. L'impasto è pronto quando non si attacca più alle mani (o alla ciotola della planetaria) e appare morbido e resistente.

4. Ungete le parti di un ampio contenitore con olio di semi di girasole, trasferite l'impasto, coprite e fate riposare per 3 ore in un ambiente tepido.

5. Ungete leggermente un'ampia teglia con olio di girasole. Dividete l'impasto in 12 parti da circa 50 g, e date loro la forma approssimativa di una salsiccia. Disponete in fila con un po' di spazio tra l'una e l'altra sulla teglia, coprite con carta da forno e con un telo pulito e fate riposare per 30-40 minuti. Ciò permetterà al glutine di distendersi, dando la classica forma liscia e rigonfia ai bagel.

6. Foderate un'altra teglia con carta da forno e spolverate quest'ultima con farina di riso. Per formare i bagel, prendete una delle parti in cui avete diviso l'impasto e vi spingete un po' con le dita, in modo



PANE CON MELE, UVETTA E ROSMARINO

In Australia il Raisin toast (pane in cassetta con uvetta, aromatizzato alla cannella) è presente in ogni menu di caffetteria insieme alle uova variamente cucinate, ed è parte della colazione solitamente abbondante che si consuma da quelle parti. L'ispirazione per il pane con mele, uvetta e rosmarino viene certamente da lì, ma anche dalla scoperta che rosmarino e uvetta stanno molto bene insieme, come insegna il libro di Unida Ferrigno La Dolce Vita. La sua ricetta del pane con uvetta e rosmarino, citata quasi a margine del suo magnifico trattato su torte e altri prodotti dolciari, è stata una delle mie prime esperienze nel campo dell'arte bianca.

INGREDIENTI PER UNA PAGNOTTA DA 800 g

1. Lievito
30 g farina bianca forte
30 g acqua
5 g starter di farina bianca (8-12 ore dopo l'ultimo rinfresco)

2-3. Impasto
300 g farina bianca forte
25 g farina di segale integrale
200 g acqua
90 g lievito
7 g sale marino

4. Incorporare 90 g di lievito distribuendolo bene e lavorando l'impasto con una mano in questa fase l'impasto è molto appiccicoso e l'altra mano vi servirà per tenere ferma la ciotola. Aggiungete il sale distribuendolo uniformemente sull'impasto.

5. Lavorate l'impasto a mano per 5-10 minuti o, in alternativa, con una planetaria munita di gancio specifico per il pane, che formerà grani per 2 minuti a bassa velocità e 3-5 minuti a velocità media. Questo impasto è più idratato degli altri, ma l'uvetta assorberà una certa quantità d'acqua durante le fasi successive.

6. Ungete le parti di un ampio contenitore con olio di semi di girasole, trasferite l'impasto, spargete i pezzi di mele, uvetta e il rosmarino sulla superficie, coprite e fate riposare per 20 minuti.

1. Mettete gli ingredienti in una ciotola, mescolate, coprite e lasciate riposare a temperatura ambiente per 8-12 ore.

2. Unite la farina e l'acqua previsti nella fase dell'impasto e mescolate con un cucchiaino o con le mani finché gli ingredienti non sono bene amalgamati e non rimangono residui sulla parete. In alternativa potete utilizzare una planetaria munita di gancio specifico per il pane, che formerà grani per 2-3 minuti a bassa velocità. Raschiete i bordi della ciotola, coprite e fate riposare per 30-40 minuti.

3. Incorporare 90 g di lievito distribuendolo bene e lavorando l'impasto con una mano in questa fase l'impasto è molto appiccicoso e l'altra mano vi servirà per tenere ferma la ciotola. Aggiungete il sale distribuendolo uniformemente sull'impasto.

4. Lavorate l'impasto a mano per 5-10 minuti o, in alternativa, con una planetaria munita di gancio specifico per il pane, che formerà grani per 2 minuti a bassa velocità e 3-5 minuti a velocità media. Questo impasto è più idratato degli altri, ma l'uvetta assorberà una certa quantità d'acqua durante le fasi successive.

5. Ungete le parti di un ampio contenitore con olio di semi di girasole, trasferite l'impasto, spargete i pezzi di mele, uvetta e il rosmarino sulla superficie, coprite e fate riposare per 20 minuti.

6. Evagiate 4 paghetti di rinfresco, osservando 20 minuti di pausa tra una pioglia e l'altra, poi fate riposare l'impasto per un'altra ora.

7. Preformate l'impasto e lasciate riposare 20 minuti.

8. Date all'impasto la forma di un filone e trasferitelo in un cestino da lievitazione. Coprite e mettetelo lì tutto in frigorifero per 12-18 ore.

9. Mettete in forno una teglia di ghisa con coperchio e preriscaldatela a 240°C per almeno 20 minuti. Facendo attenzione a non scottarsi, togliete la teglia dal forno, inserite la forma di pane al suo interno, coprite e mettete in forno. Riducete la temperatura a 220°C e cuocete per 15 minuti, poi riducete la temperatura a 200°C e cuocete per altri 15 minuti. Rimuovete il coperchio e cuocete ancora per 30-35 minuti (coprire fermata la cottura e, una placca), finché il pane non ha raggiunto il colore desiderato.

CROISSANT

Mi sono recato spesso nella capitale francese per motivi familiari, e la fedeltà dei parigini a questa o a quella boulangerie per l'acquisto dei diversi prodotti da forno mi ha sempre sorpreso. Spesso le baguette venivano comprate in una panetteria e i croissant in un'altra. A parte i gusti personali, le varianti di questi prodotti sono molte, e quando si è trattato di elaborare le nostre proposte ci siamo interrogati a lungo su quale fossero le scelte migliori. Per offrire ai clienti dei croissant davvero spicciati abbiamo scelto fin dall'inizio i prodotti surgelati (i classici cornetti che vengono messi in forno direttamente nei bar), i prodotti freschi e fatti a mano sono un'altra cosa: se avete la pazienza di provarne, ve ne accorgete anche voi.

INGREDIENTI PER 10 CROISSANT

1 impasto di pasta sfoglia (vedi pag. 80-82) una sbottate, per glassare un pizzico di sale

1. Togliete la pasta sfoglia dal frigorifero, lasciatela 20-30 minuti a temperatura ambiente prima di lavorarla.
2. Stendete la massa su una superficie leggermente infarinata. Avvolgetela progressivamente tirandola con il mattarello nel senso della lunghezza fino a ottenere uno spessore di 3,5 mm.
3. Delineate i bordi esterni della pasta sfoglia, in modo da esporre la stratificazione.
4. Con un coltello affilato tagliate la pasta sfoglia in modo da ottenere dei triangoli la cui base misurerà circa 8 cm, e l'altezza circa 25. Non importa che siano assolutamente regolari, né che la loro lunghezza sia esattamente 26 cm, dal momento che, prima di essere arrotolata, la pasta può essere allungata con le mani.
5. Squarare i triangoli e sbracciarli sul piano di lavoro con la base di fronte a voi. Iniziate ad arrotolare la pasta partendo dalla base con un delicato movimento delle dita avanti e indietro. Non esercitate troppa pressione. All'inizio cercate di creare una leggera depressione al centro, così da fare spazio agli strati successivi. Quando il triangolo sarà completamente arrotolato avrete ottenuto la classica forma dei croissant a strati sovrapposti sempre più stretti. Un breve taglio verticale alla base del triangolo vi

permetterà di ottenere una forma più allungata ed eventualmente di ripiegare il croissant a mezzaluna o a corno. Il vertice del triangolo di pasta - l'ultimo a essere arrotolato - andrà posto al di sotto del croissant quando lo disporrete sulla placca da forno.

5. Disponete i croissant su una placca foderata con carta da forno, avendo cura di inserirli ben fuori dall'altro. Fate riposare a temperatura ambiente per 12-24 ore coperti da una pellicola di plastica trasparente.

6. Pre-riscaldare il forno a 200°C. Inserite una teglia nel forno che uscite per i vapori.

7. Spennellate la superficie dei croissant con uova sbattute e un pizzico di sale e infornate. Aggiungete l'acqua per il vapore nell'apposita teglia e riducete la temperatura a 180°C. Cuocete per 15 minuti, rimuovete il contenitore con l'acqua e girate la placca per una cottura più uniforme. Cuocete per altri 10-15 minuti, finché i croissant non avranno assunto un bel colore dorato scuro.



CROISSANT

85

84

I DOLCI DI PASTA SFOGLIA

SACCOTTINI AL CIOCCOLATO

Per ottenere i migliori risultati, raccomandiamo di utilizzare sempre ingredienti di prima qualità (che non significa per forza i più costosi: la frutta di stagione, ad esempio, è più buona e costa meno delle primizie). In ogni caso, se impiegate giorni per realizzare eccellenti prodotti da forno non vorrete certo rovinarli con farfuglie meno buone. Il cioccolato fondente per dolci è disponibile in molti formati (barre, bastoncini, perle), ma deve comunque essere sminuzzato e sciolto per l'utilizzo come farcitura o copertura. Non sempre il cioccolato venduto espressamente per questa o quella ricetta risulterà migliore. Scegliete in base ai vostri gusti: il cioccolato da impiegare è quello che all'assaggio vi piace di più.

INGREDIENTI PER 10 SACCOTTINI

1 impasto di pasta sfoglia (vedi pag. 80-82) inclusa la fase finale di stesura) 200 g cioccolato fondente sminuzzato grossolanamente uova sbottate, per glassare un pizzico di sale

1. Stendete un rettangolo di pasta sfoglia approssimativa (avviate come spiegato a p. 84). Rifilate accuratamente i bordi con un coltello e dividete il rettangolo in due parti, che misureranno circa 15 cm sul lato corto.

2. Con la punta del coltello fate dei piccoli intagli alla base del rettangolo distanti circa 8 cm l'uno dall'altro. Fate lo stesso sul lato opposto. In conseguenza dei riferimenti, eseguite dei tagli verticali da un lato all'altro del rettangolo, ottenendo così delle strisce di pasta sfoglia di circa 6 x 15 cm, che dovrebbero pesare 90-100 g l'uno.

3. Disponete il cioccolato spezzettato in tante linee trasversali, distanti 2-3 cm l'una dall'altra, avendo cura di restare 1-2 cm lontano dai bordi. Quando tutto il cioccolato sarà al suo posto rigirate la parte più vicina a voi di una striscia di pasta fino a coprire la prima linea di

cioccolato, dopodiché proseguite ad arrotolarla con il consueto movimento delle dita avanti e indietro, fino alla completa chiusura del saccottino. Quando disponete i saccottini nella teglia per la lievitazione finale e la cottura in forno, il bordo di chiusura andrà posto su un lato in basso.

4. Seguite le istruzioni per la lievitazione finale, la glassatura e la cottura elencate a p. 82.



86

I DOLCI DI PASTA SFOGLIA

SACCOTTINI AL CIOCCOLATO

87

GIRELLE CON CREMA E UVETTA

Queste girelle si presentano alte e strette quando sono formate, poi si abbassano e si allargano notevolmente con la lievitazione finale e la cottura, quindi si allargano decisamente. Lasciate quindi molto spazio tra una girella e l'altra nella teglia. Fate cuocere finché il colore non diventa bruno-dorato: il contrasto della pasta ben cotta con la soffice farcitura di crema pasticciera e sciroppo di zucchero all'interno non potrebbe essere più invitante.

INGREDIENTI PER 10 GIRELLE

1 Impasto di pasta sfoglia (vedi pag. 80-81)
300 g crema pasticciera (vedi pag. 164)
200 g uvetta
200 g sciroppo di zucchero (vedi pag. 169)

1. Per formare le girelle srotolate la pasta sfoglia e rifilate tutti e quattro i lati del rettangolo che disponete con il lato più lungo di fronte a voi. Usando una spatola a germe distribuite la crema pasticciera sulla pasta. Livellandola bene, avendo cura di lasciare un bordo di 1-2 cm nella parte alta del rettangolo. Distribuite l'uvetta sulla crema pasticciera.

2. Arrotolate la pasta sfoglia a partire dal lato più prossimo a voi fino alla fine, premendo delicatamente con le mani per unire bene le parti. Schiacciate bene l'ultimo lembo così da chiudere bene la farcitura all'interno del rotolo e disponete la chiusura al di sotto, a contatto con il piano di lavoro.

3. Con un righello, misurate la lunghezza del rotolo e dividete il numero per 10

(ogni parte dovrebbe misurare 5-6 cm). Fate dei segni con il coltello e tagliate a fette in corrispondenza dei segni.

4. Arrotolate le girelle di lato su una teglia e fate lievitare per 20-24 ore seguendo le istruzioni per la lievitazione finale di pag. 82.

5. Seguite le istruzioni di pag. 82 anche per la cottura delle girelle. Dopo la cottura, non appena srotolate, sponginele generosamente la parte superiore con lo sciroppo di zucchero.



85

I DOLCI DI PASTA SFOGLIA

TRECCHE AL FORMAGGIO E MARMELLATA DI CIPOLLE

Queste semplici trecche, quasi dei grissini, sono un caratteristico prodotto di pasticceria salata, o semidolce, tuttavia figurano in questa sezione dal momento che fanno uso della pasta sfoglia lievitata. La paste salate, contenendo meno zucchero, sono anche più indicate dal punto di vista dietetico. La combinazione di marmellata di cipolle e formaggio è straordinariamente saporita. Il formaggio prescelto può variare secondo i gusti e - perché no? - in base a ciò che avete in frigorifero.

INGREDIENTI PER 10 TRECCHE

1 Impasto di pasta sfoglia (vedi pag. 80-81)
300 g formaggio sbriciolato saporitissimo (formaggio a bordato e 150 g di crema di formaggio)
200 g marmellata di cipolle rosse (vedi pag. 176)

1. Con la parte più lunga del rettangolo di fronte a voi, rifilate tutti e quattro i lati della pasta sfoglia già assottigliata. Dividete slobemente il rettangolo in terzi sia in senso orizzontale che in senso verticale. Srotolate su due terzi della superficie con il formaggio e la marmellata di cipolle in strati sottili, ben livellati e uniformi, spingendovi fino ai bordi. Lasciate il terzo di impasto rimanente senza farcitura.

2. Ripiegate a portafoglio il terzo di pasta senza farcitura sul terzo centrale, dopodiché ripiegate ancora l'impasto sul terzo rimanente. Avete ottenuto un rettangolo ripiegato con tre strati di pasta sfoglia e due di formaggio e marmellata di cipolle.

3. Girate il rettangolo con il lato più lungo presso di voi, misurate e dividete in 10 strisce uguali tagliate verticalmente con un coltello ben affilato.

4. Tagliate ogni striscia a metà longitudinalmente, incidendo a circa 2 cm di distanza dal bordo superiore.

5. Allargate le due "gambe" in cui avete diviso ogni striscia e iniziate a intrecciarle. Proseguite fino alla fine senza preoccuparvi troppo della fuoricità della farcitura.

6. Seguite le istruzioni per la lievitazione finale di pag. 82. Le trecche non devono essere glassate prima della cottura. Dopo la lievitazione seguite le istruzioni per la cottura ancora a pag. 82.



86

I DOLCI DI PASTA SFOGLIA

TRECCHE AL FORMAGGIO E MARMELLATA DI CIPOLLE

87

PANCAKE

Se la fase di preparazione è completata il giorno precedente non è difficile avere dei pancake pronti sul tavolo la mattina a colazione; altrettanto la lievitazione ritardata, ovvero il riposo dell'impasto durante la notte in frigorifero, rende la loro consistenza incredibilmente soffice e leggera. Il pancake di pasta madre sono il modo migliore di riutilizzare il lievito preparato per il pane in caso sia avanzato (ad esempio perché improvvisamente non avete tempo di proseguire con la sua lavorazione), o per usare del lievito in eccesso con una preparazione relativamente più veloce prima che abbia raggiunto il suo massimo vigore per fare il pane. I tempi di questa ricetta sono molto flessibili e devono essere adattati alle condizioni ambientali, soprattutto alla temperatura della vostra cucina, quindi prendeteli come un riferimento generico. Vi servirà un'unica ciotola, dato che gli ingredienti vengono aggiunti uno dopo l'altro nello stesso contenitore, e in generale la lavorazione non è troppo complicata.

INGREDIENTI PER 10-12 PANCAKE

- Lievito**
50 g latte intero
50 g farina integrale
5 g starter (2-24 ore dopo l'ultimo rinfresco)
1 cucchiaino zucchero semolato
 - Pastella (prima fase)**
200 g latte intero
10 g zucchero semolato
100 g farina bianca
100 g lievito
 - Pastella (seconda fase)**
60 g burro
100gQ uova sbattute
10 g zucchero semolato
5 g bicarbonato di sodio
un buon pizzico di sale marino
- Frutta fresca a schioppo d'acero, per servire

- Mettete tutti gli ingredienti in una ciotola grande abbastanza da contenere tutti gli ingredienti e successione. Mescolate, coprite e fate riposare in un ambiente tiepido per 6-10 ore.
- Unite gli ingredienti previsti al lievito e mescolate bene per rendere l'impasto omogeneo. Coprite, mettetelo in frigorifero e lasciate proseguire la fermentazione per 10-16 ore.
- Sciogliete 10 g di burro in un'ampia padella antiaderente e incorporatelo alla pastella insieme agli altri ingredienti (il 50 g di burro rimanenti serviranno a cuocere successivamente i pancake). Mescolate per rendere omogeneo il tutto. La pastella dovrebbe lievitare e produrre delle bolle, dal momento che il bicarbonato di sodio reagisce con gli acidi naturalmente sviluppati dalla pasta madre.
- Sciogliete il burro rimanente nella padella antiaderente e mettetelo in un piccolo contenitore (servirà a friggere i pancake e dovrà essere aggiunto in padella a ogni cottura). Scaldate bene la padella, poi riducete leggermente la fiamma. Fate scaldare sul fondo alcune porce di burro sciolto, poi, aiutandovi con un mestolo, versate abbondante pastella per fare sei pancake di circa 12 cm di diametro (il numero dipenderà dalla dimensione della padella). Fate cuocere per circa un minuto a mezzo, controllando che la parte a contatto con la padella diventi di un bel colore dorato scuro, mentre la parte superiore avrà un aspetto acido e solido. Girate i pancake e fate cuocere l'altro lato per un minuto circa. Trasferiteli uno dopo l'altro in un piatto da portata.
- Servite con frutta fresca e schioppo d'acero.



PANCAKE

BRIOCHE ALLA CANNELLA

La brioche alla cannella è un dolce delicato, profumato e scenografico, buono da solo o come base per altri dolci, come il pudding con torta di mele e cannella che illustreremo nelle pagine seguenti. È opportuno utilizzare delle teglie di misura appropriata per la cottura, affinché i singoli panetti possano svilupparsi bene in volume, unendosi uno accanto all'altro, e tuttavia potersi separare facilmente dopo che si saranno raffreddati. È bene che l'impasto non sia troppo denso, dal momento che impiegare molto zucchero rallenterebbe la fermentazione. Dopo la cottura, del resto, i bun saranno immersi nello sciroppo di zucchero, quindi non serve aggiungerne troppo all'impasto. L'impasto e la faratura delle brioche alla cannella sono gli stessi usati per la babbà, tuttavia il risultato finale in termini rapporto tra crosta e mollica è molto diverso.

INGREDIENTI PER 9 BRIOCHE

- Impasto**
l'impasto per pan brioche (seguito la ricetta di p. 32 fino al riposo in frigorifero)
- Faratura alla cannella**
185 g burro a temperatura ambiente, tagliato a cubetti
45 g zucchero di canna scuro
45 g zucchero semolato
15 g cannella appena macinata
- l'sciroppo di zucchero (vedi p. 99)

- Foderate una teglia quadrata da circa 25 cm di lato con carta da forno.
- Togliete l'impasto per pan brioche dal frigorifero e stendetelo su una superficie leggermente infarinata. Date all'impasto una forma rettangolare e stendetelo con il mattarello fino a raggiungere la dimensione di 23 x 27 cm. Disponete il rettangolo di impasto in modo che i lati lunghi siano di fronte a voi.
- Mettete il burro, lo zucchero e la cannella macinata in una ciotola e mescolate per amalgamare bene. Spalmate la faratura sull'impasto facendo scorporo il bordo superiore per circa 1 cm.
- Con la punta del coltello fate dei segni a 3 cm di distanza uno dall'altro alla base del rettangolo di pasta, in corrispondenza dei cui vertici vi troverete successivamente l'impasto ottenuto così. 9 angoli strisce. Per il momento non separate.
- Arrotolate 3 strisce di impasto alla volta, partendo dalla base, tagliate bene la parte finale, disponetevi le strisce e i rotoli e disponeteli di lato nella teglia da forno. Continuate allo stesso modo con i 3

- rotoli successivi, poi con gli ultimi 2, fino a disporre nella teglia tutti e 9 i rotoli.
- Coprite la teglia con la pellicola trasparente e fate lievitare per 10-24 ore in un ambiente tiepido (circa 24° C).
- Preincaldate il forno a 200° C inserendo da subito una teglia nel risano più basso che usete per il vapore.
- Mettete le brioche alla cannella in forno e versate 150-200 ml d'acqua nell'apposita teglia. Riducete il calore a 180° C e cuocete per 15 minuti. Togliete il contenitore dell'acqua dal forno e continuate a cuocere per altri 15-20 minuti e finché la temperatura interna delle brioche non raggiunge i 100° C. Se non avete modo di misurarla, fate la prova dello stuzzicadenti.
- Una volta stufate, spennellate le brioche con lo sciroppo di zucchero. Fate raffreddare nella teglia.



PANINI DOLCI SPEZIATI

Questi panini dolci sono una rielaborazione degli hot cross bun dolci molto diffusi nei paesi anglosassoni dove si preparano a Pasqua. La croce che li distingue è infatti un riferimento religioso. Fuori da questo contesto, noi pensiamo di realizzare una croce più simile a una X e di realizzarla con la glassa, anziché segnare la pasta con il coltello. Si tratta di panini (bun) molto aromatici. Dal momento che l'impasto è arricchito con spezie e uvetta, ma anche molto delicato, è decisamente meno sodo delle precedenti preparazioni. L'uso della pasta munda per la lievitazione aggiunge un accenno di acidità e di sapore al tutto, oltre a farlo durare di più in dispensa.

INGREDIENTI PER 12 PANINI

1. Lievito (prima fase)
20 g farina bianca forte
20 g acqua
10 g starter di farina integrale
(8-12 ore dopo l'ultimo rinfresco)

2. Lievito (seconda fase)
90 g farina bianca
55 g acqua
20 g zucchero semolato

3. Mix di frutta
180 g uvetta
100 g frutti di bosco
20 g brandy mescolato a
20 g di marmellata di prugne
1/2 cucchiaino cannella secca
finocchiata
1/2 cucchiaino semi di cumino
1/2 bacca d'arancia strapazzata

4. Impasto
200 g latte intero
450 g farina bianca forte
1000 g / 2 uova sbattute
90 g zucchero semolato
200 g lievito
10 g sale marino
96 g burro (freddo) a cubetti di
circa 2,5 cm
olio di semi di girasole, per
ungere la teglia

1. Mettete tutti gli ingredienti in una ciotola. Mescolate, coprite e fate riposare in un ambiente tiepido per 8-12 ore.

2. Nella stessa ciotola aggiungete gli ingredienti della seconda fase di preparazione del lievito. Mescolate bene coprite e fate riposare in un ambiente tiepido per altre 10-14 ore.

3. Riunite tutti gli ingredienti del mix di frutta in una ciotola, mescolate bene, coprite e mettele da parte a temperatura ambiente finché non sarà il momento di aggiungerli all'impasto.

4. Mescolate la farina, le uova, il latte appena riscaldato, lo zucchero e il sale con 200 g di lievito nella ciotola di una planetaria munita di gancio per il pane, fate girare per 5 minuti a bassa velocità. Raschiare i bordi con un leccaplati e fate girare a velocità media per altri 5 minuti. Coprite e fate riposare per 30 minuti.

5. Ungete le pareti di un ampio contenitore con olio di semi di girasole, trasferite l'impasto, coprite e fate riposare per 2-3 ore. Mettete quindi il contenitore in frigorifero e fate raffreddare per 1-2 ore prima della formatura, per rendere l'impasto più sodo da modellare.

7. Foderate una teglia da 25 x 30 cm con carta da forno. Dividete l'impasto in 12 parti da 20 g circa. Spolverate leggermente di farina la vostra mani e la superficie di lavoro. Mettete i panetti sul piano di lavoro e con delicati movimenti circolari delle palme delle mani date loro una forma sferica.

8. Mettete i panetti nella teglia in 3 file di 4 pezzi. Lasciate un certo spazio tra di loro, dato che cresceranno di volume sia in fase di lievitazione che di cottura. Mettete in frigorifero per 8-24 ore.

9. Togliete i panetti dal frigorifero e fate lievitare per altre 8-12 ore in ambiente tiepido (circa 24 °C), finché non saranno rigonfi e si toccheranno leggermente all'interno della teglia.



IL PAN BRIOCCHE E GLI ALTRI LIEVITATI DOLCI

DOUGHNUT

Sono cresciuti in Australia mangiando patate quasi a ogni pasto, le patatine fritte, soprattutto, a tavola erano la norma. Una volta cresciuti, non ho più amato molto i fritti, ma faccio delle eccezioni: una di queste sono i doughnut, un cibo così buono e spettacolare da non ammettere rinvii. I doughnut, di origine americana, ormai sono conosciuti con questo nome ovunque, ma per i pochi che ancora non lo sapessero sono delle ciambelle doli fritte, preparate con una tecnica particolare e aromatizzate a piacere. L'impasto per i doughnut richiede molto sforzo se realizzato a mano, ma con tempo e pazienza è più fare. Mi sento tuttavia di raccomandare caldamente l'uso di una buona impastatrice planetaria.

INGREDIENTI PER 14 DOUGHNUT

1. Lievito (prima fase)
20 g farina bianca forte
20 g acqua
10 g starter di farina integrale
(8-12 ore dopo l'ultimo rinfresco)

2. Lievito (seconda fase)
80 g farina bianca forte
50 g acqua
20 g zucchero semolato

3. Impasto
420 g farina bianca forte
180 g / 3 uova sbattute
120 g acqua
200 g zucchero
180 g lievito
10 g sale marino
75 g burro (freddo) a cubetti di
circa 2,5 cm

Copertura
500 g zucchero semolato

Finitura
2 litri olio di semi di girasole

1. Mettete tutti gli ingredienti in una ciotola. Mescolate, coprite e fate riposare in un ambiente tiepido per 8-12 ore.

2. Aggiungete la farina, l'acqua e lo zucchero nello stesso contenitore, mescolate bene, coprite e fate riposare in un ambiente tiepido per 10-14 ore.

3. Riunite la farina, le uova, 90 g d'acqua e il lievito nella ciotola di una planetaria munita di gancio per il pane. Fate girare per 5 minuti a bassa velocità, raschiare i bordi con un leccaplati e fate girare a velocità media per altri 5 minuti. Coprite e fate riposare per 30 minuti.

4. Aggiungete lo zucchero e il sale nella ciotola della planetaria e fate girare per 5 minuti a bassa velocità e a velocità media, poi compattate e incorporate il burro, un pezzo alla volta, facendo girare il gancio a bassa velocità, finché ogni pezzo di burro sarà assorbito dall'impasto. Aggiungete i restanti 30 g d'acqua.

5. Raschiare i bordi della ciotola regolarmente con un leccaplati e fate

girare per altri 10 minuti. Il tempo esatto di questa fase di lavorazione dipende in gran parte dalla potenza della vostra impastatrice. L'impasto è pronto quando potete allearlo con le vostre dita fino a creare una sfoglia ("finestra") quasi trasparente.

6. Ungete le pareti di un ampio contenitore con olio di semi di girasole, trasferite l'impasto, coprite e fate riposare per 2 ore a temperatura ambiente.

7. Eseguite 4 pieghe di rinforzo, osservando 30 minuti di pausa tra una piega e l'altra, poi fate riposare l'impasto in un ambiente tiepido per 7-10 ore. Trasferite l'impasto in frigorifero per 12-18 ore.

8. Quando siete pronti per friggere i doughnut, togliete l'impasto dal frigorifero e spolverate una teglia con farina di riso. Dividete l'impasto in 15 panetti da circa 60 g e date loro una forma sferica sulla superficie di lavoro con una mano leggermente infarinata. Mettete i panetti nella teglia e fate riposare per 30-60 minuti.





PANETTONE

Il panettone è uno dei pochi dolci che ancora oggi vengono preparati con il lievito di pasta madre anche industrialmente (e possono trovare anche ricette a base di lievito di birra, ma il risultato non è lo stesso). Alcuni produttori vantano lieviti vecchi di decenni, tenuti in vita dalle mani amorose dei pasticciere. Anche se il panettone si trova in commercio in grande abbondanza e a prezzi molto ragionevoli, ciò non significa che la sua realizzazione sia facile. Al contrario, credo che questo sia uno dei lievitati di più difficile realizzazione, sia per i tempi di lavorazione (circa una settimana) sia per la delicatezza delle varie fasi, sia per l'importanza delle materie prime, a partire dal lievito. Prova ne sia che i panettoni preparati artigianalmente da fornai e pasticciere esperti (che li considerano, giustamente, una sfida) sono venduti a prezzi stellari. Versione lombarda o di dolce natalizio che, in varie forme, esiste un po' ovunque, la sua riuscita dà enorme soddisfazione, e il suo aroma è ineguagliabile.

INGREDIENTI PER 1 PANETTONE DA 800 g

- Lievito (prima fase)**
50 g farina bianca forte
20 g acqua
10 g starter di farina bianca (2 ore dopo l'ultimo rinfresco)
- Lievito (seconda fase)**
50 g farina bianca forte
20 g acqua
10 g lievito precedentemente lievitato 4 ore dopo l'ultimo rinfresco
- Primo impasto**
70 g / 4 tuorli d'uovo
70 g zucchero semolato
220 g farina bianca forte
50 g acqua
50 g lievito
75 g burro a temperatura ambiente, tagliato a cubetti di 2,5 cm di lato
- Secondo impasto**
70 g / 4 tuorli d'uovo
10 g zucchero
55 g farina bianca forte
5 g sale marino
50 g burro a temperatura ambiente, tagliato a cubetti di 2,5 cm di lato

- Miscelate tutti gli ingredienti in una ciotola, coprite e lasciate in un ambiente tiepido per 12 ore. Ripetete il rinfresco in tutte le sue fasi utilizzando come starter il lievito precedentemente ottenuto due volte al giorno per 3 o 4 giorni prima di cominciare a incorporare gli altri ingredienti. Il lievito in eccesso ogni volta circa 70 g deve essere eliminato oppure utilizzato per altre preparazioni, dal momento che si tratta di lievito rinfrescato e vigoroso.
- Il giorno prima di realizzare il primo impasto, rinfrescate il lievito 5 volte, ogni 4 ore. L'ultima volta rinfrescate il lievito la sera, con gli stessi ingredienti e le stesse quantità.
- Il mattino seguente, prima di eseguire il primo impasto, rinfrescate il lievito 4 volte due volte, la prima appena svegli e le seconda a 4 ore di distanza: quello che avrete tra le mani sarà un lievito estremamente vigoroso. Aspettate altre 4 ore e iniziate l'impasto.
- Unite i tuorli d'uovo e lo zucchero in una ciotola di piccole dimensioni. Pistate e breiate pronti tutti gli altri ingredienti previsti in questa fase in ciotole separate. Mescolate un terzo del mix di uova e zucchero e un terzo dell'acqua con la farina e il lievito nella ciotola di una

planetaria munita di gancio per il pare; fate girare per 5 minuti a bassa velocità. Raschiare i bordi con un leccatacci, aggiungere un altro terzo dell'acqua e del mix di uova e zucchero e fate girare a velocità media per altri 5 minuti.

5. Aggiungete il resto del mix di uova e zucchero e dell'acqua e fate girare per 10 minuti a velocità media. Incorporate il burro, un cubetto alla volta, negli ultimi 5 minuti. Alla fine della lavorazione, l'impasto dovrebbe essere morbido e tenace.

6. Ungete le pareti di un ampio contenitore trasparente con olio di semi di girasole, trasferite l'impasto, coprite e segnate il livello dell'impasto sulla parete esterna, così potrete verificare l'aumento di volume. Mettete l'impasto in un ambiente tiepido (24-28° C), per 2-24 ore, finché il volume non sarà triplicato.

7. Quando la massa ha raggiunto le giuste dimensioni, potete passare al secondo impasto. Trasferite la massa lievitata nella ciotola della planetaria. Mescolate i tuorli d'uovo e lo zucchero previsti in una ciotola di piccole dimensioni e unite metà del mix, metà dell'acqua prevista e tutta la farina all'impasto. Fate girare per 5 minuti a velocità media.

PANETTONE

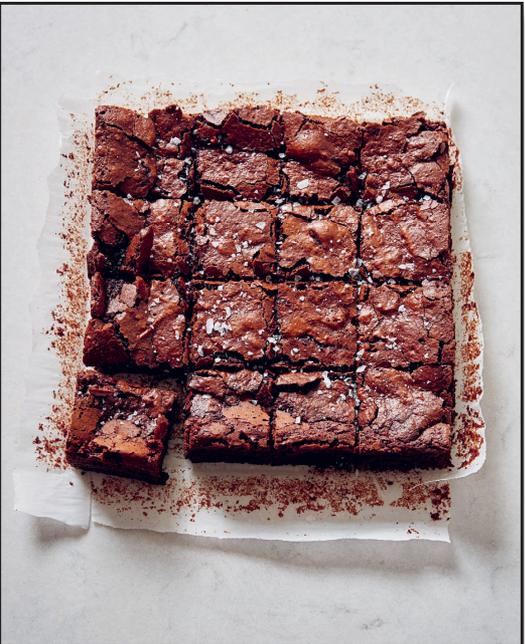
139

BROWNIES DI SEGALE

La segale ha un'affinità col cioccolato, come testimoniano le numerose ricette, specialmente brownies e cookies (ovvero torte al cioccolato e biscotti) che usano in combinazione questi due ingredienti. La segale è povera di glutine, quindi più sensibile agli errori della comune farina di frumento, soprattutto per quanto riguarda i tempi di cottura. Ignorate lo stesso colore che assumono le uova mentre fermentano insieme alla farina di segale e arrivate in fondo alla ricetta: in cambio avrete dei brownies morbidi, dolci e leggeri qualcosa di molto diverso dai normali quadretti di torta al cioccolato a cui siete abituati. Sono anche un ottimo modo di riutilizzare gli scarti dello starter di segale (uno starter davvero molto efficace e rapido), dal momento che per questo ricetta non è necessario procedere con uno starter rinfrescato da poche ore.

INGREDIENTI PER 12 BROWNIES

- Lievito**
70 g farina di segale integrale
55 g acqua
35 g starter di farina di segale o di farina bianca (8-12 ore dopo l'ultimo rinfresco)
- Primo impasto**
190 g farina di segale integrale
250g / 5 uova sbattute
125 g lievito
100 g zucchero semolato
- Impasto finale**
190 g burro
450 g cioccolato fondente
70 g zucchero semolato
260 g zucchero di canna scuro
70 g cacao in polvere
5 g estratto di vaniglia
3 g bicarbonato di sodio
2 g sale marino
- Pre-riscaldato il forno a 160° C.
- Incorporate gli altri ingredienti in elenco alla pastella. Trasferite il tutto nella teglia da forno e pargelate la superficie con il resto di un cucchiaino.
- Cuocete in forno per 30-40 minuti, finché la parte superiore non risulta asciutta. Nel dubbio lasciate ancora un po' in forno, dal momento che i brownies sono difficili da tranciare. Sporgete un po' di sale in superficie subito dopo l'uscita dal forno (facoltativo), dopodiché lasciate raffreddare nella teglia. Quando il dolce al cioccolato è ben freddo, tagliate in piccoli riquadri e servite. I brownies possono essere conservati in un contenitore chiuso fino a una settimana.



FOCACCIA PUGLIESE

Ho un'amicizia che non mi è mai incrostata di persona, cosa del resto non insolita ai nostri giorni. Carla, questa è il suo nome, abita appena fuori Roma ma un tempo viveva a Londra, dove gestiva un ristorante molto prima che arrivassi io. Carla trasuda conoscenza calore umano e indipendenza di pensiero; anche a distanza, è stata un grande sostegno ai miei esperimenti piccoli e grandi, e continua a incoraggiarmi anche oggi nel mio cammino. L'idea di miscelare le pasta schiacciata all'impasto del pane mi è venuta leggendo un libro che mi ha invitato Carla: *The Italian Baker*, di Carol Field. Questo libro – ben documentato, pieno di colore e significato – è tuttora il mio riferimento per tutto ciò che riguarda il pane italiano, ed è reso ancora più speciale dal fatto di avere soggiornato nella cucina di Carla prima di entrare nella mia.

INGREDIENTI PER UNA FOCACCIA DA 25 cm

1. Levito (prima fase)
12 g farina bianca forte
12 g acqua
6 g starter di farina integrale
(8-12 ore dopo l'ultimo rinfresco)

2. Levito (seconda fase)
20 g farina bianca forte
12 g acqua
5 g zucchero semolato

3. Impasto
80 g patate schiacciate
350 g farina bianca forte
280 g acqua
40 g lievito
4 g zucchero
8 g sale marino (più un pizzico extra da spargere alle fine)

Farofa

150 ml olio extra-vergine d'oliva
300 g olive verdi grandi, snocciolate
300 g pomodorini maturi
1 mazzetto di origano fresco o 1 cucchiaino di origano secco

1. Mettete tutti gli ingredienti in una ciotola. Mescolate, coprite e fate riposare in un ambiente tiepido per 8-12 ore.

2. Unite tutti gli ingredienti della seconda fase di preparazione del lievito nel medesimo contenitore. Mescolate, coprite e fate riposare in un ambiente tiepido per 8-10 ore.

3. Sbucciate e tagliate a pezzi grandi le patate. Metterele in una piccola casseruola piena d'acqua a bollore per 15-20 minuti o finché non risultano traspirare con una forchetta. Scolatele e schiacciate grossolanamente, poi mettetele da parte a raffreddare.

4. Unite la farina, l'acqua, lo zucchero, il lievito e il sale prelevati nella fase dell'impasto a 93 g di patate schiacciate in una ciotola di grandi dimensioni.

5. Impastate con un cucchiaio o con le mani per 5-8 minuti e finché non restano parti asciutte di farina. In alternativa potete utilizzare un'impastatrice planetaria munita di gancio specifico per il pane, che farete girare per 2 minuti a bassa velocità e per altri 3 minuti a velocità media.

6. Ungete con olio extra-vergine d'oliva le pareti di un'ampia ciotola. Trasferite l'impasto nel contenitore, coprite e fate riposare per 30 minuti.

7. Esercitate 6 pieghe di rinfresco, osservando 30 minuti di pausa tra una piega e l'altra, poi fate riposare l'impasto per un'ora.

8. Coprite e metete il tutto in frigorifero per un minimo di 16 ore.

9. Foderate una teglia quadrata di 25 cm di lato con carta da forno. Ungete la base con metà dell'olio. Stendete l'impasto ancora freddo sul fondo della teglia e coprite con il resto dell'olio, poi lasciate in un ambiente tiepido per un'ora o due.

10. Spingete la punta delle dita e di entrambe le mani sulla superficie dell'impasto, per creare degli avvallamenti pronunciati e al tempo stesso stabilendone ancora di più l'impasto verso i bordi della teglia. Sulla superficie dell'impasto dovrebbero formarsi delle bolle.

11. Lasciate riposare l'impasto per un'altra ora o due, dopodiché spargete le olive, i pomodorini e l'origano sull'impasto. Ripetete l'operazione di prima con la punta delle dita, questa volta facendo penetrare parzialmente le olive e i pomodorini nell'impasto. L'impasto dovrebbe raggiungere stabilmente i quattro bordi della teglia, ma se non fosse così spazzate un po' più a lungo e ripetete la sequenza. Quando è pronto

per la cottura, l'impasto deve essere cresciuto in volume, presentarsi bolle visibili e avere un aspetto rigido.

12. Preincaldate il forno a 240°C e inserite una teglia per il vapore.

13. Cospargete la focaccia con le foglie di origano e un pizzico di sale. Premata ancora sull'impasto con la punta delle dita.

14. Quando il forno è in temperatura inserite la teglia con la focaccia e

mettete 100-200 ml d'acqua nella teglia sottostante per il vapore. Riducete la temperatura a 225°C e cuocete per 30-35 minuti avendo cura di rinnovare la teglia dell'acqua dopo 15-20 minuti. La focaccia è pronta quando la parte inferiore si presenta dorata.

15. Fate raffreddare per almeno 30 minuti nella teglia prima di tagliare la focaccia e servirla. Conservate gli eventuali resti in un contenitore a temperatura ambiente.



FOCACCIA PUGLIESE

111

110

LA PASTICCERIA SALATA

SFORMATINI DI FARRO ALLE MELANZANE

Quando ho sviluppato questa ricetta, la mia intenzione era di ottenere un pane integrale soffice, non secco e friabile come spesso risultano i prodotti di questo tipo. La pasta madre aumenta la morbidezza dell'insieme, oltre a rendere i nutrienti della farina integrale più disponibili. Contrariamente a quello che si crede, e come la nostra esperienza dimostra, il lievito madre lavora bene anche con i ripieni dolci: con la pasta madre ho fatto torte alla marmellata simili a crostate, con buoni risultati (a differenza della pasta frolla, la crosta si presentava ovviamente meno friabile). Il ripieno di melanzane, molto popolare nella cucina mediterranea, è l'ingrediente di base della caponata siciliana, con cui questa preparazione ha una certa affinità. Non ho mai avuto un approccio purista alla cucina, sono sempre stata tentata dalle sperimentazioni e dalle contaminazioni fra tradizioni diverse.

INGREDIENTI PER 2-4 SFORMATINI

2-4. Biscotto

3 melanzane di medie dimensioni, tagliate e scondite (2 cm di spessore)
1 cipolla cipolla rossa, tritata finemente
1 cucchiaino di origano
10 g pinoli
8 pomodorini datterini maturi, privati dai semi e grossolanamente tagliati, o 200 g passata
1/2 pizzico di peperoncino essiccato (facoltativo) (secondo i gusti)
40 g olii o olietta
1/2 cucchiaino sciroppo di datteri
1 cucchiaino capperi, asciugati e grossolanamente tagliati
1 cucchiaino paprika
1/2 cucchiaino aceto di vino rosso
1 mazzetto menta fresca, sponfo foglie, tritata finemente
1 mazzetto coriandolo fresco, grossolanamente tagliato
sale marino o pepe nero appena macinato

1. Preincaldate il forno a 220°C e foderate una teglia con carta da forno.

2. Disponete le fette di melanzane nella teglia in uno strato. Cospargete di olio extra-vergine d'oliva e condite. Fate cuocere per 20-25 minuti, girando di quando in quando, finché non sono tenere e dorate.

3. Mentre le melanzane cuociono, scaldate l'olio extra-vergine d'oliva rimanente in una casseruola di grandi dimensioni e soffriggete la cipolla con un pizzico di sale per 10 minuti finché non risultano ammorbidite e leggermente coloratelle. Aggiungete l'aglio e i pinoli e fate andare per altri 3-4 minuti finché anch'essi non prendano un po' di colore, ma fate attenzione a non bruciarli. Aggiungete i pomodorini o la passata, il peperoncino, il chiodo di garofano e lo sciroppo di datteri alle spezie con un altro pizzico di sale e fate ridurre per 10-15 minuti a fuoco basso. Quando il composto sono pronto, mettetelo nella casseruola e cuocete il tutto per altri 20-30 minuti. Aggiungete un po' d'acqua se il mix appare troppo asciutto, tuttavia obiettivo è quello di ottenere una salsa piuttosto densa e non acquosa. Negli ultimi 5 minuti di cottura, aggiungete i capperi e la paprika. Togliete dal fuoco la casseruola e aggiungete

l'origano, mezzo bicchiere di acqua, aggiustate di sale e pepe. Quello che vi serve è un giusto bilanciamento di dolce, salato, acido e speziato. Aggiungete quindi l'aceto, sale o paprika se necessario.

4. Mettete da parte a raffreddare, dopodiché aggiungete le erbe tritate. Fate riposare per altri 30 minuti, assaggiare e aggiustate ancora di sale se necessario.

5. Per l'impasto, metete la farina e il burro nella planetaria con gancio di foglia o in una ciotola di medie dimensioni e intendete procedere a mano. Fate girare a media velocità o mescolate con le mani finché i mix non ha l'aspetto di un insieme di midolline di pane.

6. Sciogliete lo starter nell'acqua e incorporatelo al composto. In un secondo momento, aggiungete anche il sale e lo yogurt. Proccedete finché il composto non appare omogeneo, poi impastate con le mani fino a ottenere una palla liscia e uniforme. Schiacciatela e avvolgetela nella pellicola trasparente. Fate riposare in un ambiente tiepido per 2 ore così da permettere a fermentazione, poi rinfregate per almeno 1 ora e fra 2-4 giorni.



SFORMATINI DI FARRO ALLE MELANZANE

119