Sabato, 27 Ottobre 2018 19:31
Di Francesco Achille

Il pane comprato al mattino dal panettiere, alla sera è già poco mangiabile ed il giorno dopo decisamente immangiabile? Allora ecco una ricetta per farlo in casa

In occasione di *Golosaria* (Mico di Milano- Vecchia Fiera, 28 e 29 ottobre), ho deciso di farvi un bel regalo: una ricetta per una cosa buona, che potrete gustare nei fine settimana o nelle altre feste comandate. Parlo del pane fatto in casa.

Il pane è un alimento essenziale nella alimentazione italiana. Di esso abbiamo tracce fin dalla preistoria. Per il pane vi sono stati moti rivoluzionari e sollevazioni popolari. Oggi invece basta scendere dal panettiere e avere qualche euro in tasca. Ma che pane compriamo? Vi sarete senz'altro chiesti perché il pane acquistato al mattino dal panettiere, alla sera è già poco mangiabile ed il giorno dopo decisamente immangiabile.

Non voglio propinarvi spiegazioni approssimate, non avendo mai partecipato alla vita lavorativa notturna di un panettiere, ma credo che tutti noi, prima o dopo, ci siamo fatti quella domanda.

Non se la prendano gli amici panettieri, ma a Monza non ho ancora trovato un pane come piace

Phoca PDF

a me. Certo, non l'ho rivoltata come un calzino, ma ho dovuto spingermi sino a Carate Brianza per trovare qualcosa di buono.

Dopo tanto peregrinare, mi sono quindi deciso a "farmi il pane in casa". La ricetta che vi darò è quella che uso io per due persone, per due giorni.

Io lo chiamo pane *di Altamonscia*, cioè pane di Altamura a Monza, ma non si allarmino gli esegeti. Dico subito che il pane di Altamura è profondamente diverso: viene fatto con semi di grano duro del posto, con lievito madre, con fasi successive di modellatura, acqua e aria diverse, tutte cose che qui non abbiamo. Ma mi accontento.

Il mio pane ha tre fasi di tre tempi diversi, che possono essere distribuiti nell'arco delle ventiquattrore a seconda delle proprie esigenze e disponibilità.

Nella prima fase si impasta (tempo di riposo: 15 ore), nella seconda si modella (tempo di riposo 3 ore) e nella terza si inforna (50/60' a 240°).

I componenti sono:

- 550 gr. di farina di tipo "0" (che può essere tagliata a piacere con farina di semola di grano duro rimacinata, ma cambia un po' la cottura);
- 300/320 gr. di acqua (possibilmente non di rubinetto);
- 6 gr. di lievito di birra (un quarto di panetto);
- 50 gr. di polvere di criscito
- 10 gr. ca. di malto
- 1 cucchiaio di sale (da stabilire poi secondo i propri gusti);
- 5 gr. di zucchero
- carta da forno

Prima Fase

Si mette il quarto di panetto di lievito a sciogliere in una ciotola con l'acqua, e si lascia il tutto a decantare in una pentola di acqua calda in modo che l'acqua del lievito si intiepidisca. Contemporaneamente si prepara l'impasto versando in una impastatrice farina, criscito, malto, sale e zucchero e si fa girare un po' l'impastatrice senz'acqua in modo che i componenti si mescolino.

Si prende la ciotola con il lievito e l'acqua tiepida e con un cucchiaio mescoliamo per accertarci che si sia sciolto tutto e lo versiamo lentamente nell'impastatrice facendo attenzione a non superare una certa soglia oltre la quale otteniamo un impasto appiccicoso. La condizione ottimale è quando la pasta gira nell'impastatrice senza lasciare tracce di sé nella vaschetta. Dopo un paio di minuti spegniamo l'impastatrice e prendiamo la pasta.

Formiamo con le mani una palla e la poniamo nel mezzo di una teglia da pizza che andrà nel forno spento ove riposerà per 15 ore.

Phoca PDF

Fase due

Dopo 15 ore di lievitazione avrete una grossa forma lievitata che avrà riempito quasi tutta la teglia. La staccate leggermente ai bordi con una spatola apposita e la versate capovolgendola sul tavolo (precedentemente pulito) in modo che la parte umida rimanga sopra. Allargate leggermente con le dita l'impasto in modo da formare un rettangolo. Arrotolate il rettangolo sul lato lungo e poi il cordolo ottenuto su se stesso. Otterrete una forma a palla con una attaccatura centrale. Con la spatola fate un taglio perpendicolare all'attaccatura in modo da ottenere una croce in mezzo alla forma. Spargete sul tutto una spruzzata di sale e poi di farina, e mettete a riposo nel forno e nella teglia di prima, ma su un foglio di carta da forno avendo precedentemente riscaldato il forno per un minuto circa.

Fase tre

Passate le tre ore avrete un bel panetto lievitato e crespato in quattro parti. Accendete il forno sino a portarlo a 240° insieme alla pentola in cui farete cuocere il pane. Quando il forno sarà a 240° prendete la pentola (senza scottarvi), adagiate dentro il pane e la carta da forno, mettete tutto in forno e chiudete, senza ventilazione.

Dopo 30' è opportuno coprire la pentola con un foglio di carta da forno onde evitare un eccessiva bruciatura, ma dipenderà molto dal vostro forno e dai vostri gusti.

Al termine della cottura potete anche lasciare il pane nel forno spento per qualche minuto in modo che si asciughi.

Tempi esatti e accorgimenti dovranno essere valutati da voi con la pratica, a seconda del proprio forno, ma la traccia è questa.

Non vi resta che far coincidere, se potete, l'uscita dal forno con il pranzo e… buon appetito.

Phoca PDF