

Pane al farro

con lievito madre in coltura liquida

DIFFICOLTÀ ☞☞

Per la realizzazione di questo pane sono necessari 4 giorni per la preparazione del lievito madre in coltura liquida

Preparazione: 8 min • **Fermentazione:** 3 h 50 • **Cottura:** 40-45 min
• **Temperatura di base:** 65°C

PER 1 PANE

150 g lievito madre in coltura liquida

IMPASTO

500 g farina di farro • 280 g acqua • 10 g sale • 4 g lievito compresso

LIEVITO MADE LIQUIDO (4 GIORNI DI LAVORAZIONE)

- Preparate un lievito madre in coltura liquida (vedi pag. 35).

IMPASTO

- Nella ciotola dell'impastatrice unite la farina, l'acqua, il sale, il lievito compresso e il lievito madre in coltura liquida. Impastate per 8 minuti a velocità bassa. La temperatura al termine di questa lavorazione deve essere di 23-25°C.

PUNTATURA

- Coprite la pasta e lasciate fermentare per 1 h 30 a temperatura ambiente.

FORMATURA

- Preformate l'impasto quindi lasciate riposare per 20 minuti.
- Terminate di modellare il pane dandogli una forma rotonda e ponetelo con la chiusura verso l'alto sotto a un canovaccio infarinato.

APPRETTO

- Lasciate lievitare per 2 ore a temperatura ambiente.

COTTURA

- Riscaldare il forno in modalità statica a 250°C con una pentola di ghisa di 24 cm di diametro munita di coperchio.
- Ritagliate un disco di carta da forno di 24 cm di diametro, rovesciate delicatamente il pane sul disco di carta e cospargetelo di farina. Eseguite 4 incisioni sulla superficie in modo da formare un quadrato.
- Disponete tre cubetti di ghiaccio sul fondo della pentola di ghisa calda e poi adagiatevi all'interno il pane sul disco di carta da forno. Mettete il coperchio e infornate. Fate cuocere complessivamente per 40-45 minuti circa, togliendo il coperchio dopo 30 minuti e proseguendo la cottura per altri 10-15 minuti.
- Al termine della cottura, estraete dal forno, togliete il pane dalla pentola e lasciatelo raffreddare su una griglia.

