



pastamadrine & friends

INGREDIENTI PER UN PANE SEMPLICE

- **1kg di farina zero**
(o 700g di zero e 300 di altra farina a scelta)
- **Circa 500g di acqua**
(a seconda dell'assorbimento da parte della farina)
- **100g di pasta madre solida o licoli**
- **1 cucchiaino di malto**
(non indispensabile)
- **20 g di sale**

PROCEDIMENTO

Alla sera sciogliere la PM nell'acqua insieme al malto. Aggiungere poco alla volta le farine miscelate e setacciate e, nelle ultime cucchiainate di farina, mettere il sale, così da incorporarlo meglio. Lavorare l'impasto fino a quando risulterà morbido ma non appiccicoso. Metterlo in una ciotola e lasciarlo lievitare tutta la notte a temperatura ambiente, durante la stagione estiva ridurre la quantità di PM.

La mattina dopo effettuare delle pieghe prendendo l'impasto e portandolo verso il centro. Lasciarlo riposare per circa 30 minuti dopodiché formarlo e metterlo nei cestini o nel contenitore per la seconda lievitazione. Se si vorrà cuocere nel pomeriggio lasciare a temperatura ambiente. Se invece non si potrà fino alla sera, trascorsa circa un'ora dalla messa nei contenitori, riporre in frigo.

Accendere il forno a 220°. Rovesciare l'impasto, preso direttamente dal frigo, sulla teglia calda in modo che la parte con le pieghe sia a contatto con la teglia e cuocere per 30 minuti. Proseguire la cottura a 190°/200° per circa 20 minuti e per altri 10 minuti con lo sportello del forno tenuto leggermente aperto da un cucchiaio di legno. Lasciare il pane messo in verticale nel forno spento ancora per 10 minuti e quindi lasciar raffreddare su una griglia.