

CORSO BASE DI CUCINA

Docente: Chef Andrea Bennati

- **Concetto base di Panificazione applicato alla realizzazione di pane con farina integrale, di mais, farro, ecc...**



Ricette

Pane Comune

Procedimento: Far sciogliere 85 gr. di lievito di birra fresco in $\frac{1}{2}$ litro di acqua, un pizzico di sale e $\frac{1}{2}$ bicchiere di olio extravergine di oliva. Aggiungere farina di tipo 0 fino a realizzare un impasto molto morbido, elastico ed omogeneo. Lasciar riposare per circa un'ora nella teglia che servirà per cuocerlo, servendosi di un panno bagnato per coprirlo. Raggiunta la massima lievitazione (quando cioè l'impronta lasciata dalla pressione di un dito non riesce più a ritornare), infornare a 220° ed abbassare la temperatura del forno a circa 180° (50 min. di cottura circa).



Mise En Place della Lezione

Servendosi dello stesso procedimento si possono realizzare molteplici varietà di pane, divertendosi ad unire liquidi e farine a piacimento. Ad esempio:

- Panini di Farina di Farro e Birra
- Pane Bianco al Latte (Burro)
- Schiacciata Genovese alle Olive
- Panini di Farina di Mais (Gialli)

Note:

Vi ricordo che per realizzare i pani di farina speciale consiglio di utilizzare sempre 1/3 di farina di grano di tipo 0 o 00 e 2/3 della farina di altra natura. Per tutte le preparazioni differenti dal “filone da Kg” dobbiamo, una volta formati i panini, fruste, stinchi , trecce, ecc..., farli rilievitare per almeno un’ora.