



• Il modo più semplice e veloce per fare il pane con lievito madre •

COME PREPARARE IL PANE

Prima di iniziare, si deve leggere la ricetta completa per prevedere le quantità e i tempi. D'estate si può iniziare la notte precedente; e d'inverno, siccome la fermentazione è più lenta a causa del freddo, si dovrebbe iniziare il processo poche ore prima.

LA SERA / NOTTE PRECEDENTE:

1. Versare in una ciotola **1 bustina di Masa Mater, 500 g di farina, 10 g di sale fino e 400 ml di acqua*** (se fa molto caldo o non si utilizza la farina integrale, sottrarre 50 ml d'acqua per impastare più facilmente). Sugeriamo che almeno la metà della farina sia di forza; il resto, a piacimento: farina comune, di segale, integrale, ecc. *D'inverno si consiglia di riscaldare un po' prima l'acqua.
2. Mescolare con un cucchiaio. Opzionale: aggiungere un cucchiaio raso di miele o di zucchero di canna per contrastare l'acidità naturale del lievito madre.
3. Lasciar riposare per 30 minuti.
4. Impastare brevemente (2 minuti di impasto + 15 minuti di riposo) e ripetere 3 volte. Per evitare che si attacchi l'impasto, inumidire le mani, ma non aggiungere altra farina. Se l'impasto si attacca troppo alle mani e non si riesce a lavorarlo bene, vi preghiamo di consultare sul nostro blog le voci "*Amasar o no amasar: cuestión de miga*" o "*El mejor amigo del panadero casero es el amasado francés*"; dove è spiegato nel dettaglio.
5. Oliare leggermente la ciotola, aggiungere l'impasto fatto a palla e coprire il recipiente con pellicola trasparente.
6. **Prima fermentazione: la pasta cresce.** D'estate ci vogliono 7-8 ore, e d'inverno 13 ore circa (questo processo più lento rende il pane più gustoso). Lasciare fermentare il tempo necessario per far crescere l'impasto.

IL GIORNO DOPO:

7. Spolverare abbondantemente con la farina il bancone e disporre l'impasto per dargli la forma che si desidera.
8. **Seconda fermentazione: smettere di impastare!** Copriamo l'impasto per farlo crescere: D'estate basta 1 ora, e d'inverno 3 ore.
9. Preriscaldare il forno con la teglia da forno per 30 minuti alla temperatura massima (250 °C).
10. Con un coltello affilato o un altro strumento tagliente, fare un taglio sul pane appena prima d'infornarlo.
11. La cottura in forno:
 - Mettere il forno con la resistenza inferiore (riscaldamento inferiore) e non ventilato. Se il forno non ha l'opzione inferiore, mettere una teglia che copra dal calore superiore.

- Infornare il pane con la sua base di carta (potete aiutarvi con un cartone) e versare mezzo bicchiere d'acqua direttamente sul fondo del forno (NON nella teglia dove si trova il pane) per generare umidità.
- Dopo 20 minuti, abbassare la temperatura a 180 °C e selezionare la resistenza superiore e inferiore (senza ventilazione). Se il forno non ha questa opzione, lasciare solo la resistenza di sotto.
- Aprire il forno per qualche secondo per eliminare l'umidità in eccesso e lasciarlo per altri 30 minuti o fino che la crosta sia dorata (se invece di un solo pezzo se ne fanno di più, il tempo sarà più breve).

13. Togliere il pane e lasciarlo raffreddare su una griglia, in modo che non si inumidisca la base.

CON LA MACCHINA PANIFICATRICE, ANCORA PIÙ FACILE:

1. Aggiungere nel cestello 1 bustina di Masa Mater, 500 g di farina a piacimento (preferibilmente di forza, anche se si possono mescolare vari tipi), 400 ml d'acqua, 10 g di sale, e opzionale: 30 g di noci, 30 g d'uvetta e un cucchiaino di miele. Selezionare qualsiasi programma che impasti per 10-15 minuti.

2. Spegnerla macchina panificatrice o, se possibile, programmarla per 7-13 h (allungare o accorciare il tempo in funzione della temperatura della cucina: più freddo, più ore) per far fermentare la pasta. Trascorso questo tempo, selezionare un programma completo e base (di solito corrisponde al Programma 1*) che permetta di fare 1 kg di pane. *Questo programma deve includere un impasto di 10-20 minuti, un riposo di 1 ora (almeno) e una cottura di circa 50 minuti.

Guarda sul nostro blog la videoricetta di Masa Mater nella macchina panificatrice!

SPECIALITÀ

Se avete voglia d'un pane con ingredienti extra, si possono aggiungere all'impasto al passo 7, prima di dargli forma. E se si preferite che adornino solo la crosta, lo si metta al passo 10, subito prima di fare i tagli sul pane.

Potete trovare ricette di pane e dolci con Masa Mater sul nostro blog.

State pensando a qualcosa di speciale? Vi incoraggiamo a creare versioni proprie e a condividere le foto con la comunità Masa Mater. Saremo felici di vederle! Ci troviamo sulla pagina Facebook Masa Mater, su Instagram: @masa_mater, e su Twitter @masa_mater.