

Pane toscano, con lievito madre, delle sorelle Simili - [Visualizza sul sito](#)
di Aurelia



Innanzitutto dovete preparare del lievito madre con:
200 gr farina 00 o manitoba
90-100 gr acqua
1 cucchiaio d'olio
1 cucchiaio di miele

Si riuniscono tutti gli ingredienti, in una ciotola, e si impasta molto bene, formando una palla. L'impasto ottenuto, si mette in una ciotola di vetro, non di plastica, mi raccomando, nella quale avrete versato un goccio d'olio d'oliva, si fa un taglio a croce, e si ricopre o con un piatto, o se lo avete, l'apposito coperchio.

Metteremo poi la nostra preziosa ciotola, in un luogo tiepido, io l'ho messa dentro al microonde, e la lasciamo stare per 48 ore.

Trascorso questo tempo, tiriamo fuori la nostra palla, che sarà cresciuta, e la reimpastiamo ...

Esempio
100 g di lievito madre
100 g di farina
45 g di acqua

se fossero 200

200 g lievito madre
200 g farina
95 g di acqua

Praticamente abbiamo ottenuto il nostro lievito madre, che potremo conservare in frigo, o in un luogo tiepido, rinfrescandola ogni 2 o 3 giorni, se la teniamo in un luogo tiepido, ogni 4 o 5 se la teniamo in frigo!!!

Consiglio vivamente, di farla un giorno in cui, abbiamo usato del lievito di birra, perchè ci saranno delle piccole spore in giro, che ci aiuteranno a dare il via alla nostra pasta madre.

Passiamo ora a preparare il nostro pane

INGREDIENTI:

250gr. di pasta madre
250gr. di farina
125gr. di acqua

misto di farina e semola rimacinata per spolvero

Sminuzzate la pasta madre nell'acqua tiepida, e impastate con la farina, facendo la classica fontana .
Lavorate il tutto molto bene, per almeno 10 minuti.

Con la pasta ottenuta, stendetela leggermente con le mani, formando un rettangolo, e piano piano, arrotolatelo verso di voi, come nella foto in basso.

Prendete le teglie del forno, copritele con un asciugino, metteteci sopra della carta da forno, cospargete di farina, e adagiate il filoncino delicatamente, fate poi delle incisioni leggere sopra. Cospargere di altra farina, coprite il tutto molto bene, e fate lievitare per 4 ore, in un luogo dove non ci siano spifferi.

Trascorso questo tempo, avrete nel frattempo acceso il vostro forno, ad una temperatura di 200°, togliete l'asciughino, e mettete la vostra teglia in forno.

Passati 10 minuti circa, abbassate la temperatura a 180°, e lasciate cuocere per altri 40 minuti circa, mettendo poi per gli ultimi 15 minuti, del tempo rimasto, il vostro pane sulla griglia del forno, in modo che cuocia bene, e si asciughi.

Sfornate, e fate raffreddare sopra ad una griglia







Il risultato finale è quello della foto in alto!!!.