

PANE NERO DI CASTELVETRANO

RICETTA

FARINA TOTALE	688 g
Farina integrale di Tumminia	262 g
Farina integrale di Russello	213 g
Farina integrale di Biancolilla	213 g
Acqua totale	505 g
Sale marino	11 g
Malto d'orzo	5 g
Lievito madre idratato al 50%	13,5 g
Semi di sesamo (per guarnire)	q.b.

PREFERMENTO *

	Quantità (g)
Mix farine Tumminia Russello Biancolilla	100 % 88 g
Acqua	90 % 79 g
Lievito Madre solido rinfrescato 50% idr.	15 % 13,5 g
TOTALE	180,5 g

Quantità (g)

Per realizzare il "Pane nero di Castelvetro" di questa ricetta, ho utilizzato esclusivamente le farine di grano duro Russello, Biancolilla e Tumminia (detta anche timilia); integrali, biologiche e macinate a pietra. Più precisamente il 31% di Russello, il 31% di Biancolilla e il 38% di Tumminia.

Le dosi riportate di seguito sono sufficienti per due pagnotte del peso di mezzo chilo circa, dopo la cottura.

IMPASTO FINALE

	Quantità (g)
Mix farine Tumminia Russello Biancolilla	100 % 600 g
Prefermento (*vedere tabella)	30 % 180 g
Acqua	71 % 426 g
Sale marino	1,9 % 11 g
Malto d'orzo	0,9 % 5 g
TOTALE	1222 g

1) PREPARAZIONE DEL PREFERMENTO

12-14 ore prima di procedere alla preparazione dell'impasto, preparate il prefermento, mescolando la quantità di lievito madre solido idratato al 50% con acqua ad una temperatura di circa + 30/32 °C e farina. Fatelo fermentare in un contenitore per alimenti a chiusura ermetica. La temperatura finale dell'impasto del prefermento deve essere di circa + 30/32 °C.

2) OPERAZIONE DI IMPASTO

Passate le 12/14 ore necessarie al prefermento, nell'acqua, che dovrà avere una temperatura di circa + 30/32 °C, sciogliete il sale. In una ciotola abbastanza capiente, mescolate il prefermento con il malto d'orzo e aggiungete l'80% dell'acqua nella quale avrete precedentemente sciolto il sale, continuando a mescolare. Poco alla volta aggiungete la farina ed in fine la restante acqua. Continuate fino a che tutta la farina sarà idratata e l'impasto risulterà omogeneo e morbido. Poi rovesciate il tutto su di un piano di lavoro infarinato e continuate ad impastare per altri 5/6 minuti, fino a quando l'impasto risulterà abbastanza liscio (io consiglio a quanti lo conoscono di utilizzare il metodo denominato "stretch and fold" o "slap and fold". Se si utilizza un'impastatrice, dopo aver aggiunto tutti gli ingredienti nell'apposita ciotola impastare per 5 minuti alla velocità più lenta, finché si otterrà la giusta omogeneità. Completare impastando a velocità media per un altro minuto e mezzo. Quando l'operazione di impasto sarà correttamente completata, l'impasto risulterà abbastanza soffice. La temperatura finale dell'impasto desiderata è di circa + 32°C.

3) FERMENTAZIONE DELL'IMPASTO

Far fermentare per 15 20 minuti al massimo, eseguendo almeno 2 set di pieghe ad intervalli di 5/7 minuti.

4) PORZIONATURA E FORMATURA

Dividere l'impasto in due parti da 600g l'una circa, formare a piacimento (pagnotta tonda o filone). Passare la superficie superiore nei semi di sesamo, e riporre negli appositi cestini di lievitazione o in teli per cuoche. Far lievitare con la chiusura verso l'alto leggermente infarinate.

5) LIEVITAZIONE FINALE

Fare lievitare per 2 o 3 ore in funzione della temperatura ambiente.

6) COTTURA

Cuocere a +260 °C con vapore per 15 minuti, poi abbassare la temperatura a + 200 °C e continuare la cottura per 20/25 minuti. Quindi concludere con altri 10 minuti di cottura a spiffero (sportello del forno socchiuso) per ottenere il giusto grado di umidità.