

# English Muffin

Eccoci qua con un'altra ricetta inglese... era tanto che volevamo fare gli English Muffin, che sono dei versatili panini leggermente salati che normalmente si gustano a colazione, spalmati di burro e marmellata. Sono anche uno degli ingredienti delle celebri **uova**



**alla Benedict** (che prima o poi voglio riproporre), un lussuoso breakfast americano che consiste in un English muffin appunto, una fetta di bacon, un uovo in camicia e la favolosa salsa olandese.

Come forma, gli english muffin ricordano un po' le nostre tigelle emiliane, anche se sono più simili al pane come consistenza e sono un poco più alti.

Normalmente vanno cotti soltanto su una padella ben calda, circa 6 minuti per lato, ma trovo che terminare la cottura in forno faccia in modo che siano perfettamente cotti anche all'interno senza scurirsi troppo in superficie. Ecco come prepararli:

Ingredienti per circa 15/16 english muffin:

- 575 gr farina 0
- 1 cucchiaino di sale
- 1 bustina di lievito di birra disidratato
- 2 cucchiaini di zucchero di canna scuro (io uso il Muscovado)
- 150 ml di acqua calda
- 225 ml di latte tiepido
- semola rimacinata per spolverare i muffin prima della cottura
- poco olio di semi o burro per ungere la padella

- un coppapasta di diametro circa 7-8 cm

Nella ciotola dell'impastatrice unire la farina, il sale e lo zucchero, e mescolare brevemente. Aggiungere il lievito granulare poi aggiungere l'acqua calda e il latte. Avviare la macchina e impastare per circa 5 minuti finché l'impasto non risulta ben elastico (a mano, circa 10 minuti).

Rimuovere la pasta, fare una palla e mettere in una ciotola ampia leggermente unta, coprire con pellicola e lasciare lievitare per circa 1 ora, o finché l'impasto non è raddoppiato.



Riprendere la pasta e stenderla su un tagliere infarinato ad uno spessore di circa 1,5-2 cm.



Ritagliare con il coppapasta dei dischi e ripetere l'operazione fino a terminare tutto l'impasto.



Depositare man mano i muffin su una teglia spolverata con

semola rimacinata. Una volta terminata l'operazione, spolverare i muffin con la semola anche in superficie. Questo gli conferirà, a cottura ultimata, un aspetto rustico.



Preriscaldare intanto il forno (statico) a 200°.

Riscaldare una padella sul fuoco a fiamma alta, ungere leggermente con poco olio di semi (rimuovere l'eccesso di olio con un foglio di carta da cucina) e cuocere i muffin per circa 4 minuti da ogni lato. Abbassare un po' la fiamma se si colorano troppo.



Trasferire i muffin sulla lastra calda del forno e infornarli per circa 8 minuti.

Servire caldi.

Si possono conservare dentro ad un sacchetto per pane ben chiuso.

Prima di servirli, si possono tagliare a metà e fare leggermente tostare dal lato interno su un padellino caldo, oppure nel tostapane.

Godetevi!