

Pan di zucca

Leggevo in questi giorni un affascinante libro sulla pasta madre, che vi consiglio caldamente: Lievito Madre Vivo, di Sara Papa. E' un libro appassionato sulla creazione e gestione della pasta madre, con tante ricette e, soprattutto, un'interessante parte



introduttiva che spiega approfonditamente questa tecnica e le interazioni che avvengono all'interno della pasta durante le diverse fasi.

Inoltre, tutte le ricette hanno anche indicata la dose per chi non ha o non vuole utilizzare il lievito madre, ed utilizza invece il lievito di birra. Questo pane ha catturato subito la mia attenzione, abbiamo provato a riprodurlo e devo dire che, effettivamente, il risultato è stato sorprendente. Non ho usato la pasta madre in questa ricetta ma il lievito di birra.

Ingredienti per una pagnotta piccola:

- per la biga:

- 125 gr farina 1
- 80 gr acqua
- 25 gr lievito madre

In alternativa, se non si ha il lievito madre, fare un preimpasto (poolish) con 10 gr farina, 10 gr di acqua e 5 gr di lievito di birra, poi fare raddoppiare di volume – circa 10-12 ore – prima di utilizzare.

- per l'impasto:

- biga (vedi sopra)
- 350 gr semola rimacinata di grano duro
- 150 gr farina 1 (consigliata marca Pietra)
- 320 gr polpa di zucca cotta in forno o a microonde

- 1 bustina di zafferano
(se non gradite il sapore caratteristico dello zafferano potete sostituirlo con la curcuma, 1 cucchiaino)
- 10 gr miele millefiori
- 50 gr burro
- 11 gr sale
- 50 gr semi di zucca sgucciati (opzionali)
- per lucidare:
 - 1 tuorlo
 - un cucchiaino di latte

Iniziare preparando il poolish se non si utilizzerà il lievito madre. Impastare gli ingredienti in una ciotolina, coprire con pellicola e lasciare riposare per 12 ore.

Preparare la biga impastando tutti gli ingredienti e formando una palla. Coprire con pellicola e fare riposare per 12 ore in luogo chiuso (io uso il forno spento). La temperatura di lievitazione ideale dovrebbe essere 24 gradi ma, dato che la maggior parte dei forni non permettono un controllo accurato della temperatura sotto i 50 gradi, io attivo la funzione lievitazione (35°) per qualche minuto ogni ora. Chiaramente se questa fase la completate di notte non sarà possibile, quindi ipotizziamo di lasciare l'impasto un paio d'ore in più del dovuto.



Cuocere la zucca: io la sbuccio, la taglio a cubetti e la cuocio a vapore nel microonde per circa 10 minuti, ma anche senza vaporiera andrà bene: massima potenza per 5-6 minuti ed è perfetta!

Frullare la polpa e unirvi lo zafferano. Pesare e preparare

tutti gli ingredienti prima di iniziare ad impastare.



Nella ciotola dell'impastatrice con il gancio unire le due farine, la biga, la zucca e il miele. Iniziare a lavorare poi aggiungere lentamente il burro, il sale e, per ultimi, i semi di zucca (io non li ho aggiunti). Lavorare fino ad ottenere una massa omogenea.



Coprire la ciotola con pellicola e fare lievitare per 30 minuti in forno spento, dopodiché trasferire la pagnotta sulla lastra del forno, coperta di carta forno leggermente infarinata, riprendere la pasta per dare una bella forma tondeggiante, lucidare il tuorlo sbattuto unito al latte, poi con una lametta incidere una croce profonda circa 1cm.



Coprire con un recipiente che permetta alla pasta di espandersi (meglio se di vetro così potrete controllarne la lievitazione), mettere nel forno e fare raddoppiare di volume

a 28° (stesso discorso fatto sopra per quanto riguarda la temperatura).

Sfornare e preriscaldare il forno a 230°. Infornare per 10 minuti dopodiché abbassare la temperatura a 180° e proseguire per 60 minuti. Durante la cottura, la pasta si aprirà fino ad assumere la forma definitiva, e la superficie pian piano si scurirà.

Sfornare e raffreddare completamente su una gratella.

