

# Pane Clara

## Ingredienti:

700 gr.di farina 1  
500 gr.di acqua  
5 gr.di lievito di birra fresco  
1 cucchiaino scarso di zucchero  
16 gr.di sale

## Preparazione

Mettere in una ciotola capace la farina, fare la fontanella mettere in un bicchiere una parte di acqua tiepida e il lievito e inserirlo nella farina con il cucchiaino di zucchero, mescolare e aggiungere il rimanente dell'acqua tiepida, continuare a impastare e alla fine aggiungere il sale avendo cura che venga assorbito, l'impasto viene molto idratato e si continua a impastare nella ciotola. Quando diventa un po' più consistente, infarinare il tavolo da lavoro e rovesciatelo facendo poi delle pieghe in modo che prenda consistenza metterlo in un'altra ciotola infarinata e pulita e coprirla con la pellicola trasparente per alimenti.

Questo impasto lo faccio alla sera, perché va messo tutta la notte in frigorifero a lievitare o in un posto freddo. Al mattino lo tiro fuori dal frigorifero e lo lascio continuare a lievitare a temperatura ambiente per 3 ore dopo di che lo metto sulla spianatoia con sotto un po' di farina e rifaccio le pieghe. Alla fine lo metto nella forma e lascio ancora 1 ora a lievitare a temperatura ambiente, lo metto poi nel forno preriscaldato a cuocere a 225 gradi per circa 1 ora e dopo di che lo estraggo dal forno lo tolgo dalla forma e rovesciato lo rimetto in forno a 180 gradi per mezz'ora in modo che asciughi bene nell'interno.

Con lo stesso impasto a lunga lievitazione posso farlo in modo diverso, cambia il modo di procedere. Dopo la lunga lievitazione e le varie pieghe si deve ottenere una pagnotta tonda che si metterà in una ciotola ricoperta con un canovaccio molto infarinato e si fa lievitare nuovamente fino al raddoppio del volume (circa 90 minuti). Trascorso questo tempo, accendete il forno, mettete una pentola con un

coperchio, aspettate che arrivi alla temperatura di 230 gradi, togliete la pentola e versateci dentro l'impasto, coprite con il coperchio e fate cuocere per mezz'ora a 230 gradi. Trascorso questo tempo, togliete il coperchio e fate cuocere a 220 gradi per altri venti minuti. Lasciate raffreddare il pane estraendolo dal forno, e dopo si potrà anche estrarre dalla pentola e mettere su una graticola a freddare per bene .