



Miscela Oro Rustico



## Ciabatte



6 ciabatte



6 ore

## INGREDIENTI

*per il poolish:*

100 g acqua

100 g Miscela Oro Rustico

1 g di lievito di birra fresco

(oppure 1/2 g secco)

*per l'impasto:*

tutto il poolish

280 g acqua

250 g Miscela Oro Rustico

2 g lievito di birra fresco

(oppure 1 g secco)

6 g sale

1 cucchiaino di miele

farina di mais finissima per lo spolvero

## PROCEDIMENTO

La mattina prepara il poolish.

In una ciotolina versa l'acqua e fai sciogliere al suo interno il lievito.

Unisci la **Miscela Oro Rustico** e mescola con un cucchiaino, dovrai ottenere un impasto simile ad una crema.

Copri lo con pellicola e lascialo lievitare finché non triplica, ci vorranno circa 3 ore.

Versa il poolish in una ciotola, aggiungi l'acqua e il miele e infine la **Miscela Oro Rustico**.

Impasta a lungo affinché venga incorporata aria e ogni grumo venga sciolto.

Infine unisci il sale e impasta ancora per qualche minuto.

A questo punto hai due scelte:

- Puoi usare dei piccoli contenitori di plastica rettangolari (come quelli del gelato da 250 g) trasparenti;
- oppure puoi fare lievitare tutto l'impasto (detta anche "lievitazione in massa") in un contenitore trasparente rettangolare e dividere tutto a lievitazione avvenuta.

Puoi anche usare dei piccoli contenitori rettangolari monoporzione in alluminio: in entrambi i casi dovrai apporre dei segnali che ti indicheranno il raddoppio della lievitazione. Versa un poco di olio d'oliva in ogni contenitore e ungi bene le pareti.

Distribuisce in ogni contenitore circa 115/118 g di impasto e livellalo con le dita.



Segna il livello della pasta con un pennarello, copri i contenitori con il coperchio e lascia lievitare fino al raddoppio. Ci vorranno circa 2 ore (con 21°), ma ti consiglio di andare a verificare spesso. Quando l'impasto ha quasi raggiunto il raddoppio, accendi il forno a 250° e lascia la pietra refrattaria sulla griglia nell'ultima posizione in basso.

Una volta l'impasto raddoppiato e il forno caldo, stacca l'impasto dalle pareti delle ciotoline, facendo scivolare una spatolina tra pasta e pareti e capovolgi l'impasto su della carta da forno. Distanzia le ciabatte tra di loro.

Spolvera della farina di mais finissima usando un setaccio.

Con le dita, e con delicatezza, prendi la pasta dalle due estremità più corte e allungala un pochetto. Inforna direttamente sulla pietra (con tutta la carta da forno) e fai cuocere a 250° per 8 minuti. Dopo il primo minuto, apri lo sportello del forno e vaporizza dell'acqua sulle pareti usando uno spruzzino, ripetendo la stessa cosa dopo il secondo e il terzo minuto.

Questo serve ad impedire che la crosta si formi subito e agevola la lievitazione.

Trascorsi gli 8 minuti, abbassa il forno a 180° in modalità ventilata e lascia cuocere per altri 12 minuti.

Una volta che le ciabatte saranno cotte, sistemale su di una griglia e lasciale raffreddare prima di tagliarle.

*Buon appetito!*