

Ciabatta non impastata

📌 Categoria: Portate - Pizze, Focacce e Torte Salate



Informazioni Generali

Preparazione: 20 min **Cottura:** 40 min **Dosi per:** 8 persone

Costo: Molto Basso **Difficoltà:** Basso

Nota Aggiuntiva: + 20 ore di lievitazione

La ciabatta non impastata è un pane di facile preparazione che, come dice il suo nome, non viene impastato dopo la lievitazione.

La particolarità della ciabatta non impastata è la sua lunga fermentazione: contenendo infatti una dose irrisoria di lievito le ore di riposo saranno ben 18 e una volta messa in forma, la ciabatta dovrà lievitare ancora due ore prima di essere infornata. La lunga attesa sarà però ripagata dal poco lavoro dedicato e dal gusto di questa deliziosa e digeribile ciabatta in cui il sapore di lievito non spicca assolutamente. Dovrete solo saper aspettare....!



Ingredienti

» Acqua 450 ml circa	» Malto 1 cucchiaino (o 1 di zucchero)
» Farina 00 600 gr	» Olio di oliva q.b.
» Farina di mais q.b.	» Sale 15 gr
» Lievito di birra disidratato 1 gr	

Preparazione



Ecco come procedere per preparare la ciabatta non impastata. Versate la farina dentro ad una ciotola capiente e poi aggiungete il lievito di birra disidratato (1). Sciogliete il sale e il malto nell'acqua tiepida (2), mischiate bene e poi versate il composto nella ciotola (3) con farina e lievito.



Mescolate giusto quello che serve per amalgamare gli ingredienti (4), poi coprite la ciotola con della pellicola trasparente (5) e lasciate lievitare il tutto a temperatura ambiente (mettete la ciotola dentro al forno spento) per almeno 18 ore. Trascorso il tempo indicato l'impasto dovrebbe avere una

consistenza piena di bolle e piuttosto collosa. Prendete una leccarda da forno, oliatela leggermente (6) con olio extravergine di oliva



e cospargetela con farina di mais (7). Su di un piano di lavoro spruzzate dell'acqua (8)



e poggiateci sopra un pezzo di pellicola trasparente (9).

Cospargete la pellicola trasparente con abbondante farina 00 (10). Versate sopra la pellicola infarinata l'impasto (11) e, infarinandovi le mani, dategli una forma piuttosto piatta e allungata. Accostate la pellicola alla leccarda e con movimento deciso ribaltateci sopra l'impasto (12).

Ridategli una forma piatta e allungata, cospargete di farina la superficie (13) e poi coprite la ciabatta con un canovaccio pulito (14) e fatela lievitare per altre due ore a 30°. Trascorse le due ore infornatela in forno già caldo per 40 minuti a 220°. Una volta che la ciabatta non impastata avrà la crosta color nocciola, estraetela dal forno (15).