

# Pasta per la pizza

L'**impasto per la pizza** è la preparazione di base per una squisita **pizza** preparata nel forno di casa. E' un po' differente rispetto alla ricetta della "Pizza Napoletana" che ha ottenuto il marchio DOC, che viene invece cotta nel forno a legna.

L'**impasto per la pizza** è ottimo se preparato con una farina di forza, tipo la Manitoba, o con una miscela al 50% di farina di grano tenero tipo 00 e farina Manitoba.

Il segreto per una buona **pasta per la pizza** è una giusta lavorazione, la doppia lievitazione e il rispetto dei tempi indicati. Le Kcal indicate sono a porzione. Le Kcal per 100 grammi di impasto sono 388.

## INFORMAZIONI

- **8** persone
- **480Kcal** a porzione
- difficoltà **media**
- pronta in **3 ore e ½**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**

## INGREDIENTI

- 25 g di lievito di birra
- 500 g di acqua
- 1 kg di farina di grano tenero tipo 00 o farina Manitoba
- 20 g di sale fino
- 50 g di olio extravergine di oliva

## PREPARAZIONE

### Preparazione degli ingredienti

- Sciogliere il lievito nell'acqua tiepida. Se l'acqua del rubinetto è troppo calcarea, usare quella minerale. Lasciare riposare per 10 minuti.
- Setacciare bene la farina.

### Impastare a mano

- Per impastare a mano serve una spianatoia di legno o un piano di marmo ben pulito.
- Mettere la farina in una ciotola e unirvi il sale.
- Mescolare molto accuratamente affinché i due ingredienti si miscelino il meglio possibile. E' importante fare in modo che non si formino agglomerati di sale, perché sarebbero in grado di far lievitare male la pizza.
- Aggiungere alla farina l'acqua con il lievito e l'olio.
- Impastare fino ad amalgamare gli ingredienti, quindi portare il composto sulla spianatoia leggermente infarinata.
- Lavarsi le mani, quindi lavorare il composto utilizzando il pollice e la parte del palmo immediatamente sotto.
- Impastare con vigore, per un tempo di circa 5 minuti, girando la pasta piuttosto spesso e facendola rotolare.
- Formare una palla e inciderla a croce.

### Impastare con la planetaria

- Per impastare con la planetaria serve una ciotola della giusta dimensione e il gancio.
- Servirà comunque la spianatoia di legno, o un piano di marmo ben pulito.
- Mettere la farina nella ciotola della planetaria e unirvi il sale.
- Mescolare molto accuratamente affinché i due ingredienti si miscelino il meglio possibile. E' importante fare in modo che non si formino agglomerati di sale, perché sarebbero in grado di far lievitare male la pizza.
- Aggiungere alla farina l'acqua con il lievito e l'olio.
- Avviare l'impastatrice alla velocità minima impostando 5 minuti di tempo.
- Trascorso il tempo indicato, deve risultare un composto ben amalgamato, che si stacca facilmente dal gancio. Se così non fosse lavorare per un altro minuto.
- Portare il composto sulla spianatoia leggermente infarinata, formare una palla e inciderla a croce.

### La prima lievitazione

- Coprire la palla ottenuta con uno strofinaccio umido, oppure con la pellicola trasparente. Attenzione, l'impasto va coperto, ma non stretto perché lievitando raddoppierà il proprio volume.
- Si può far lievitare sulla spianatoia, oppure in un'ampia ciotola.
- Spolverizzare leggermente di farina in superficie per evitare che lo strofinaccio o la pellicola attacchino.
- Sopra lo strofinaccio, o la pellicola, va messa una coperta di lana o di pile perché il calore aiuta il processo di lievitazione.
- Far lievitare per almeno 2 ore.



## La seconda lievitazione

- Trascorso il tempo indicato scoprire l'impasto, quindi reimpastare brevemente e ricavare le porzioni desiderate.
- Metterele sulla spianatoia leggermente infarinata, ben distanziate fra loro, quindi coprirle come visto in precedenza.
- Far lievitare per 1 ora.
- Trascorsa questa seconda lievitazione la pasta per la pizza è pronta da utilizzare, in genere stesa direttamente nella teglia ben unta di olio.
- Durante la fase di stesura non manipolarla troppo e non sgonfiarla, altrimenti diventerà elastica e difficile da stendere.
- Mettere la porzione al centro della teglia e stenderla usando i polpastrelli, dal centro verso le estremità, premendo delicatamente e cercando di dargli uno spessore uniforme.
- Se l'impasto risulta elastico e difficile da stendere, lasciatelo nella teglia per un'altra mezzora e poi rifinitelo. Otterrete così un risultato perfetto.

### Impasto, porzioni, pesi e teglie

Con 1 Kg di farina si ottiene circa 1,550 Kg di impasto da cui si ricavano:

**4 porzioni** da circa **390 g** per **teglia rettangolare** da **35x25** cm di lato

oppure

**5 porzioni** da circa **310 g** per **teglia tonda** da **30 cm** di diametro

oppure

**6 porzioni** da circa **260 g** per **teglia tonda** da **24 cm** di diametro

### Cottura e condimento

- Sul sito troverete tante ricette per condire e cuocere la pizza. Vi lascio qui il link diretto: <https://www.lospicchiodaglio.it/ricerca/trova-ricetta/pasta+per+la+pizza>. Di seguito comunque alcune indicazioni.
- Terminata la lievitazione, preriscaldare il forno a 250° C accendendo le resistenze sia sopra, sia sotto. La cottura deve avvenire ad alta temperatura, anche se i forni domestici non raggiungono il calore dei forni a legna. Per questo ci vorrà più tempo e dobbiamo porci il problema di non far asciugare eccessivamente gli ingredienti. Dopo vi darò qualche indicazione.
- Se la pizza prevede la passata di pomodoro, questo va aggiunto come primo ingrediente. Si mette al centro e si distribuisce con un cucchiaino. Se la pizza è tonda cospargere con un movimento a spirale. Lasciare un centimetro di bordo per la formazione del cornicione.
- Sopra il pomodoro può essere messo un pizzico di sale (valutate a seconda del condimento), oppure origano secco.
- Se la pizza prevede mozzarella, optare per la fiordilatte che è poco acquosa. Scolatela con anticipo e lasciatela su un piatto coperto da carta da cucina a seccare e perdere acqua. Al momento di utilizzarla sbriciolatela grossolanamente con le mani.
- Se è necessario qualche ingrediente particolare che deve andare in forno va messo ora. Si termina poi con un filo d'olio, più o meno abbondante a seconda del condimento. Se c'è della salsiccia, ad esempio, o un formaggio cremoso si può omettere, per un risultato più asciutto e leggero.
- La cottura è di circa 15 minuti. Bisogna però coprire la pizza per i primi 12-13 minuti di cottura, altrimenti si secca eccessivamente. Io uso una teglia rovesciata, ma va bene un coperchio o la carta stagnola.
- Scoprire negli ultimi 2-3 minuti di cottura, quindi sfornare e servire.
- Se serve mettere un ingrediente fuori forno, farlo appena sfornata la pizza e poi servire.
- Io metto la pizza tagliata a spicchi, o quadratini, sul tavolo e ognuno se ne serve una fetta. Mentre si mangia la prima cuoce la seconda e così via. Volendo se ne possono cuocere due contemporaneamente, ma serve la funzione ventilata. Se il forno non è perfettamente bilanciato in calore può convenire invertire la posizione delle pizze a metà cottura.
- In alternativa si possono preparare tutte prima e scaldare al momento di gustarle, 2 o 3 alla volta. In tal caso bastano 200°C per 5 minuti. Regolatevi però sulla base del vostro forno. Un pochino di esperienza e la vostra pizza sarà perfetta!

## STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

## AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.