

Pasta Madre - il rinfresco

Bene, una volta creata la pasta madre, prima di accingerci a fare il pane, facciamo il rinfresco che serve per riattivare il nostro lievito rimasto in frigorifero da circa una settimana dopo averlo usato per la precedente panificazione.

Con il rinfresco, come dicevo nel post sulla genesi della pasta madre, non facciamo altro che aggiungere una quantità d'acqua della metà del peso della pasta madre e la stessa quantità di farina. Questo procedimento, oltre al fatto che riattiva tutti i batteri presenti al suo interno, ci permette di avere sempre una pasta madre idratata al 50%.

Detto questo, vi illustro il mio metodo partendo dagli strumenti utilizzati che sono i 2 barattoli di vetro da 1 litro e da 1 litro e 1/2.

Io uso quello da 1 L quando ripongo la pasta madre in frigorifero dopo la panificazione e quello da 1,5 L quando faccio il rinfresco in modo che con il raddoppio del volume non ho problemi di trabordo :-)

Dico questo perchè all'inizio della mia impresa, non avendo dimistichezza ho appiccato ogni cosa prima di trovare alla mia pasta madre la giusta collocazione, e poi le dimensioni dei barattoli sono proporzionali alla quantità di pasta madre che volete generare che dipende molto da quanto pane volete fare.

A me di solito occorrono, quando faccio il pane, 200 gr di pasta madre per 600 gr di farina da cui con l'aggiunta di acqua ottengo un filone di pane di circa 1 Kg - 1 Kg e 100 gr. E visto che ogni volta ne faccio 2 filoni, o 1 filone e un'altro pane speciale, mi serve avere 400 gr di pasta madre rinfrescata più quella che conservo per la successiva panificazione.

Va da se, che se tenete quantità minori di pasta madre anche i contenitori potranno avere una capienza minore.

Il rinfresco

Il rinfresco, ovvero il cibo della pasta madre, io lo faccio una volta a settimana, quando mi accingo a fare il pane (di solito la sera prima) e subito dopo, prima di rimetterlo in frigorifero dove si conserva per al massimo una settimana.



1. Prendere 200 gr di pasta madre dal barattolo avendo cura di togliere la parte superiore se si è formata una crosta dura, pesare la stessa quantità di farina "0", ovvero 200 gr, e la metà di quantità di acqua tiepida non calcarea (meglio bollirla prima), vale a dire 100 gr. Le proporzioni saranno sempre queste

qualsiasi sia il peso della vostra pasta madre da rinfrescare, cioè la farina sarà lo stesso peso del

lievito e l'acqua sarà la metà del suo peso.

2. Versare sulla pasta madre l'acqua tiepida e con l'aiuto di una forchetta miscelare bene fino a quando si sia sciolta tutta e non ci siano più grumi.



3. Aggiungere la farina e, con una forchetta, dare una prima mescolata in modo da formare un composto il più possibile omogeneo.

4. Continuare ad impastare ancora per un pochino con le mani e formare una palla.



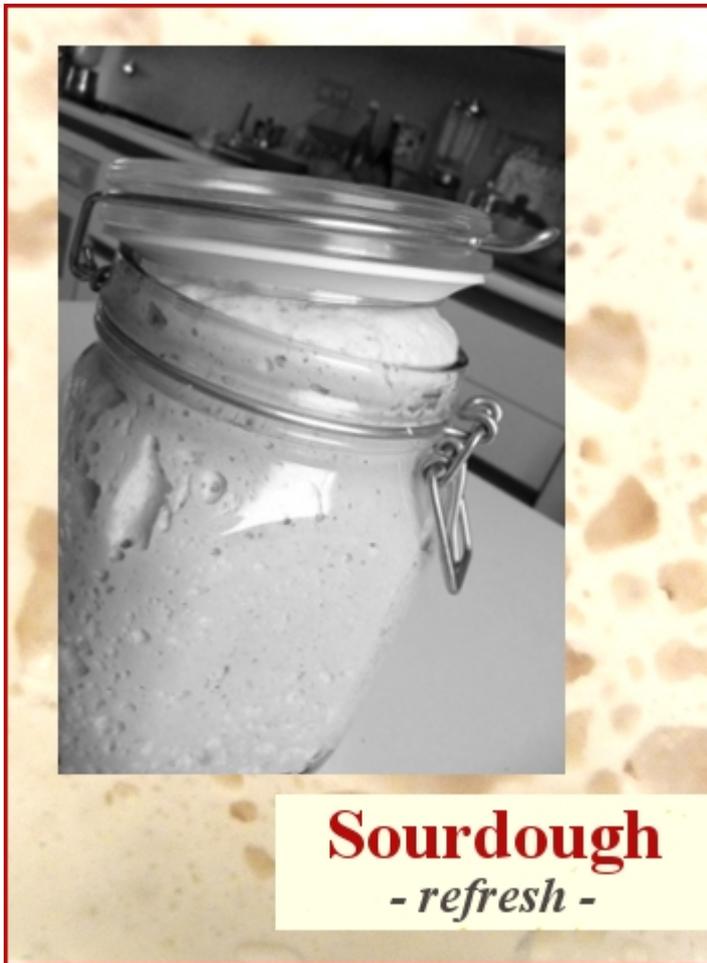
5. Fare un taglio a croce sulla superficie, riporre la palla nel barattolo pulito e asciutto, coprire con un telo umido e riporre in credenza, lontano da correnti d'aria ad una temperatura compresa tra i 18 e i 25 gradi.

6. Trascorse 3-4 ore, la pasta madre avrà raddoppiato il suo volume e si presenterà come un composto appiccicoso e pieno di bolle. Adesso avrà raggiunto un peso di circa 500 gr.

A questo punto la pasta madre può essere utilizzata per la preparazione del pane. Prelevatene la quantità necessaria (come dicevo sopra, io ne uso 400 gr) e con i rimanenti 100 gr rifare l'operazione di rinfresco come descritta sopra, prima di riporre in frigorifero per la panificazione successiva.

Note

- Ogni tanto, per dare forza alla pasta madre, è possibile sciogliere un cucchiaino di zucchero di canna o di miele nell'acqua che utilizzerete per fare il vostro rinfresco.
- Se si ha bisogno di un rimedio più efficace, riporto quello di Chiara di cui non ho ancora avuto bisogno: "Prendere 50 gr di pasta madre, aggiungere 50 gr di acqua e un tuorlo d'uovo. Mescolare il tutto e aggiungere 100 gr di farina e impastare. La pasta madre ritornerà come nuova".



Refresh

I do the refresh once a week, when I am going to make bread (usually the night before) and soon after, before putting it back in the refrigerator where it is kept for up to one week.



1. Take 200 grams of sourdough from the jar taking care to remove the hard crust on the top if it had formed, weigh the same amount of flour “0” , that is 200 grams, and half of the amount of warm water non-calcareous (better boil before), that is 100 gr. The proportions will always be those no matter the weight of

your sourdough refreshing, that is, the flour will be the same weight of the yeast and water will be half of its weight.

2. Pour over sourdough warm water and with the help of a fork mix well until all is dissolved and there are no more lumps.



3. Add the flour and, with a fork, make a first mixed to form a mixture as homogeneous as possible.

4. Continue to knead again for a bit with your hands and form a ball.



5. Cut a cross on the surface, put the ball in the jar clean and dry, cover with a damp towel and store in cupboard, away from drafts, at a temperature between 18 and 25 degrees.

6. Spent 3-4 hours, the sourdough has doubled in volume and will be presented as a compound sticky and full of bubbles. Now it has reached a weight of about 500 gr.

At this point the sourdough can be used for making bread. Take the amount necessary (as I said above, I will use 400 grams) and the remaining 100 grams repeat the refresh as described above, before storing in refrigerator for baking later.

Note

- Every so often, to give the strength to sourdough, you can dissolve a teaspoon of cane sugar or honey in water you use to make your refresh.
- If you need a more effective remedy, carry over to Clare of which I did not need until now: "Take 50 g of the sourdough, add 50 gr of water and a egg yolk. Mix everything together and add 100 gr of flour and knead. The sourdough will return as new!"