



## Pizza - impasto base

[Del 23/09/2006 | Sezione: [Pane & co.](#) | Categoria: [Pizze](#)]

**Ingredienti: 600 gr di farina del tipo '0' o '00', 15/20 gr di lievito di birra, 1/3 di litro d'acqua, olio extra vergine d'oliva - sale. La quantità d'acqua è approssimativa dal momento che i tipi di farine in commercio non hanno la stessa quantità di glutine: è proprio in base alla quantità di glutine che la farina assorbe più o meno acqua.**

La sera (per esempio verso le 23) preparate la 'pasta-madrè nel seguente modo: impastate 100 gr di farina con tutto il lievito e un dito d'acqua e cioè quanto basta a fare un panetto di pasta molto morbido; infarinate un contenitore, preferibilmente di vetro o di legno, per esempio un'insalatiera, e ponetevi il panetto di pasta; mettetelo a lievitare in un luogo tiepido (20 gradi) e lontano da correnti d'aria, per esempio dentro il forno spento, per tutta la notte. L'indomani mattina (diciamo alle 7) amalgamate al panetto di pasta un dito d'acqua e un goccio di olio e poi versatelo nei rimanenti 500 gr di farina (in cui avrete mescolato un generoso pizzico di sale) disposta a fontana sulla spianatoia; amalgamate il tutto aggiungendo acqua quanto basta; regolatevi con la quantità precisa di acqua perchè dovrete ottenere una pasta liscia omogenea ma morbida al tocco; a questo punto, per renderla elastica, impastate con vigore per 10 minuti poi lasciate riposare (sia la pasta e sia Voi) per 5 minuti; impastate ancora 5 minuti poi ponete a lievitare per 4 ore almeno. Se è troppo difficile o non avete il tempo di farlo comprate 1 kg di pasta di pane, già lievitata, dal fornaio. Per quante persone basta 900 gr/1 kg di pasta base? è difficile dirlo perchè è probabile che a Voi piaccia la pizza alta, oppure bassa, oppure la stendete rettangolare a taglio, o tonda...

[ [Versione PDF](#) | [Versione per la stampa](#) | [Segnala ad un amico](#) ]