

PÃO BÁSICO



CONFEÇÃO

1. Massa madre líquida ou esponja - preparação

2. A massa madre líquida (também chamada esponja) prepara-se no dia anterior da cozedura. Emprega-se quando se quer obter um pão que se conserve fresco durante mais tempo (por exemplo em pães de maior tamanho, que não se vão consumir num só dia).

3. Ponha os ingredientes da massa madre líquida e com a lâmina amassar misture 15 segundos, velocidade 5. Retire para uma taça ou caixa com tampa com uma capacidade mínima de 1 litro (triplica o seu volume) e deixe repousar de 8 a 24 horas.

4. Massa de pão - preparação

5. • Verta a água, adicione o fermento e dissolva 10 segundos, velocidade 5.

6. • Junte a farinha e o sal e misture 30 segundos, velocidade 8.

7. • Incorpore a massa madre líquida e amasse programa massas P1 2m30s e durante este tempo comece a verter através do bocal o óleo. Deixe repousar os 40m dentro da taça, dando seguimento ao programa P1

8. • Coloque sobre uma superfície enfarinhada, amasse alisando e dê-lhe forma desejada (baguette, fogaça, pãezinhos, etc). No meu caso fiz bolas de cerca de 90gr cada

9. • Coloque o tabuleiro do forno com papel vegetal e deixe aumentar o volume durante 1 hora num lugar ameno, livre de correntes de ar. Pode pincelar com água e polvilhar com farinha e dar-lhe uns cortes com uma faca molhada dando-lhe uma inclinação de 45º.

10. • Pré-aqueça o forno a 220º, 15 minutos antes de que termine a subida. Coza 30 a 35 minutos e, se quiser um pão mais estaladiço, ponha uma tigela cerâmica com água no fundo do forno desde o pré-aquecimento.

INGREDIENTES

- MASSA MADRE LÍQUIDA - PREPARADA NO DIA ANTERIOR
- 70 G DE ÁGUA
- 20 G DE FERMENTO FRESCO
- 100 G DE FARINHA COM FERMENTO - TIPO 65
- 1 COLHERADA DE AÇÚCAR
- MASSA DE PÃO
- 260 G DE ÁGUA
- 10 G DE FERMENTO FRESCO
- 430 G DE FARINHA COM FERMENTO - TIPO 65
- 1 COLHERADA DE SAL (10 G)
- 50 G DE ÓLEO

11. Nota: A massa madre líquida tem de se preparar no dia anterior. Ao ser um processo de fermentação mais lento, precisa de menos fermento e o sabor resultará mais natural.

12. Receita inspirada de: Pão e padaria com Bimby, T. Seixas, 2008
