

MATTEO CUNSOLO

IL PANE

IN 101 DOMANDE E RICETTE

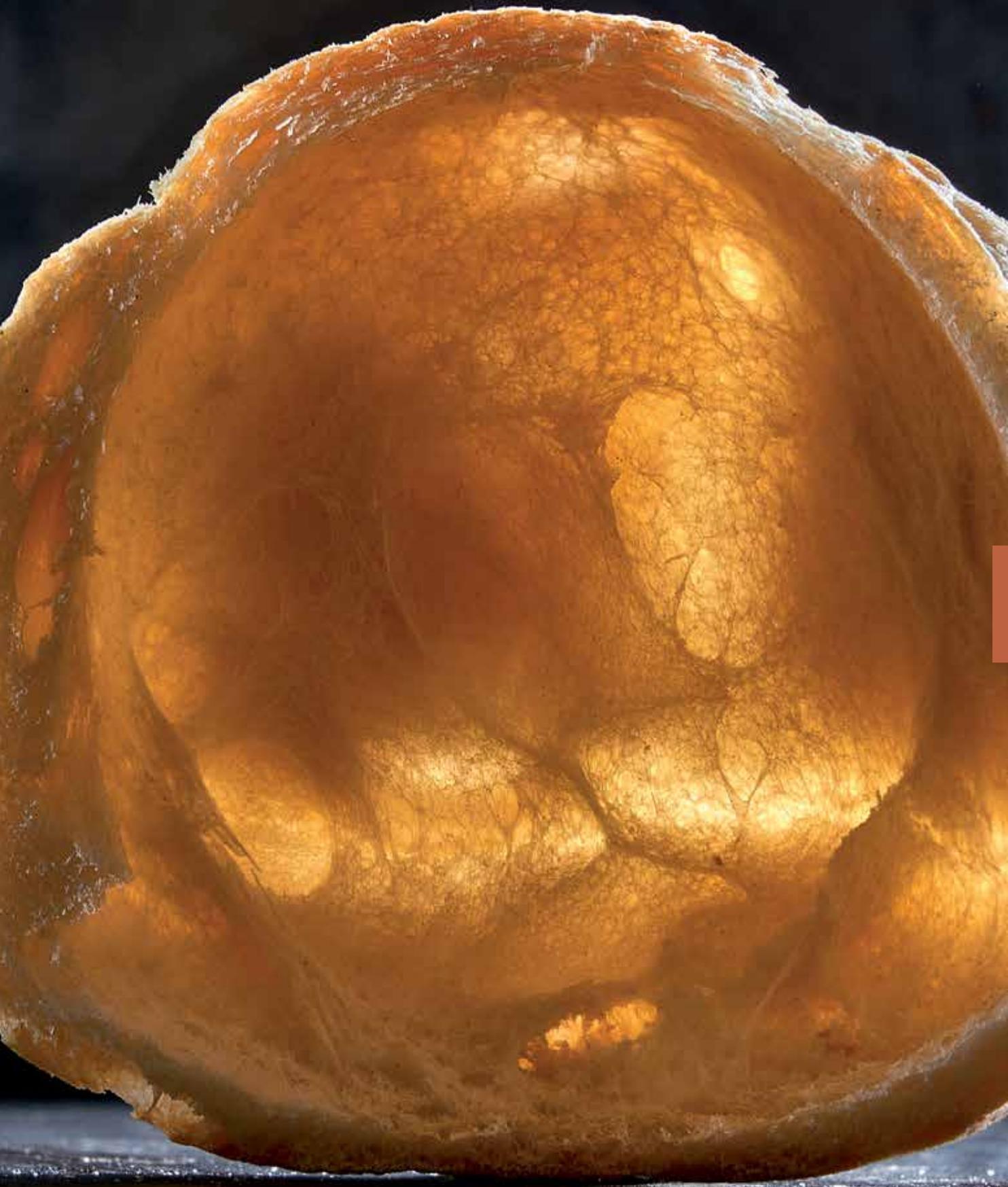


GUIDA PRATICA ALL'ARTE
DELLA PANIFICAZIONE ARTIGIANALE

italiangourmet

SOMMARIO

PREFAZIONI	5	LATTE E MIELE	116
L'AUTORE	10	BIO	121
CAPITOLO 1		BLU PANTONE	122
LA MATERIA PRIMA - GLI INGREDIENTI	13	PANE ALLA ZUCCA	125
CIABATTA	24	PANE CONDITO	126
PANE CON FARINA DI RISO NERO	27	TORTA DI PANE	129
PANE SENZA SALE	30	BAGUETTE	131
MATTONELLA	32	CAPITOLO 5	
PANE A LIEVITAZIONE MISTA	35	LA COTTURA	135
PANE CON LIEVITO MADRE A LUNGA		MICHETTA	136
FERMENTAZIONE	36	PANE AL LATTE	139
PANE CON FARINE MISTE E LIEVITO MADRE		IL PANE BUONO DELLA NONNA	140
LIQUIDO	41	CAPITOLO 6	
QUADROTTI DI GRANO DURO	45	IL FREDDO	147
TRECCIA AL BURRO	46	PANI DA RINFRESCO	151
PANI DOLCI	49	CAPITOLO 7	
PANE CON MAIS INTEGRALE	55	L'ANALISI ORGANOLETTICA	157
PANE ALL'UVA	56	GRANO SPEZZATO	163
PANE INTEGRALE CON NOCI E MIELE	59	CAPITOLO 8	
CAPITOLO 2		GLI ALTRI PRODOTTI	165
IL LABORATORIO - LE ATTREZZATURE	63	FOCACCIA CON UVETTA	166
CAPITOLO 3		E CIPOLLE DI TROPEA	169
L'IMPASTO		FOCACCIA GENOVESE	170
FILONCINO CON POOLISH	80	FOCACCIA ALLA PALA	172
FRANCESINO A MANO	84	FOCACCIA ALLA PALA FARCITA	175
PANE IN CASSETTA	87	PIZZA DEL FORNAIO	179
PANE BIOLOGICO CON ACQUA DI MARE	91	GRISSINI	180
PANE A LUNGA FERMENTAZIONE		TORTA DELLA NONNA	183
A BASSA TEMPERATURA	92	CROSTATA PERE E CIOCCOLATO	184
FILONCINO A LUNGA FERMENTAZIONE	93	BISCOTTI DI FROLLA MONTATA	187
CAPITOLO 4		BACI DI DAMA	189
FERMENTAZIONE, FORMATURA,		PASTA BRIOCHE	190
LIEVITAZIONE	101	CROISSANT	192
PANE DI SEGALE	102	CORNETTO ALL'ITALIANA	197
PASTA DURA SARDA 'COCCOI'	105	CAPITOLO 9	
PANE DEL SUD	106	LA COMUNICAZIONE	201
PANE E CAROTE	108	PANE DI PARABIAGO	211
PANE TIPO SICILIANO	111		
PANE TIPO 2 CON SEMI FERMENTATI	115		



CHI È MATTEO CUNSOLO?

Non sono figlio d'arte. Non mi sono avvicinato al pane perché qualcuno in famiglia lo lavorava, come spesso succede. Non sono cresciuto in un laboratorio. Il pane è stata la mia seconda possibilità per trovare l'equilibrio che, prima di iniziare la professione, mi mancava. Ho avuto la fortuna di incontrare persone che mi hanno sostenuto e che hanno creduto in me. Prima fra tutti mia mamma Antonia, con la quale ho avviato la mia attività a Parabiago, alle porte di Milano, nel 2003.

E poi il professor Giovanni Farina che, con immensa pazienza e dedizione, mi ha aiutato a crescere. È stato grazie a lui che mi sono appassionato alla panificazione. I grandi maestri hanno sempre molto da insegnare e il professor Farina ha acceso in me la passione per il pane e i prodotti da forno.

Mi sono diplomato all'Istituto "CAPAC" di Milano in panificazione e pasticceria.

Ho collaborato con vari panifici di Milano, ma soltanto un fornaio mi ha cambiato la vita professionale, offrendomi la possibilità di comprendere il mondo della panificazione e dei lievitati. Massimo Grazioli è stato uno dei miei maestri: semplicità, grinta, capacità di fare squadra e la dedizione con la quale mi ha seguito sono stati elementi che mi hanno ispirato.

Poi c'è stato l'incontro con il maestro panificatore Piergiorgio Giorilli, fondatore e presi-

dente d'onore del Rlichemont Club Italia, Ambasciatore Onorario dell'Italian Hospitality. Piergiorgio mi ha tecnicamente aperto sul mondo del lievito madre.

L'ho affiancato in alcuni corsi accompagnandolo in un viaggio professionale in Giappone e stare al suo fianco è stata una crescita continua e costante.

Nel 2003 ho avviato, insieme a mia mamma Antonia Orru, "La Panetteria", il panificio a Parabiago, in provincia di Milano, dove oltre al pane sono proposti prodotti da forno artigianali: snack salati, focacce, e altre specialità salate, piadine, biscotti, panettoni, colombe, piccola pasticceria...

Faccio parte di Rlichemont Club Italia, di cui ricopro il ruolo di segretario (2022). Il Club internazionale, la cui sede centrale è in Svizzera, ha l'obiettivo di far crescere la categoria dei panificatori e di promuovere una sempre maggiore qualità attraverso corsi di formazione e momenti di condivisione. Sono inoltre Presidente dell'Associazione Panificatori Confcommercio di Milano e Provincia.

Alterno l'attività nel mio laboratorio con l'insegnamento dell'arte bianca in alcune fra le maggiori scuole d'Italia, fra le quali Cast Alimenti, guidata dal maestro Vittorio Santoro, e la Mag (Master Academy Antonino Galvagno) di Palermo, diretta dal pasty chef Giuseppe Amato.



05.

COS'È IL W?



È l'indice con il quale si misura la cosiddetta forza della farina, ovvero la concentrazione delle proteine in essa contenute. Tali proteine sono la gliadina e glutenina. A contatto l'una con l'altra, una volta impastate, insieme all'acqua e attraverso la forza dell'attrito dell'impastamento, vanno a formare la maglia glutinica.

Possiamo dire che maggiore sarà il doppio W nella farina, ovvero il contenuto di proteine, più si ot-

terrà una farina di forza, che necessita di un tempo di fermentazione e lievitazione molto più lungo rispetto a una farina con meno glutine. Una farina con un W intorno a 160 è indicata, per esempio, per la lavorazione di biscotti o per la preparazione della frolla.

Questo perché, avendo meno proteine, ha una maglia glutinica più debole e, di conseguenza, il pane avrà meno tenuta.

IL GLUTINE E LA FORZA DELLA FARINA

Il glutine si forma a partire da gliadina e glutenina. Le due proteine sono presenti in frumento, orzo, segale e avena quando vengono idratate e lavorate nel processo di impastamento. Il glutine crea una rete, o maglia glutinica, che conferisce all'impasto elasticità e plasticità. Il glutine ha un ruolo molto importante nella panificazione perché ha la capacità di trattenere i gas prodotti dai lieviti durante la fermentazione dell'impasto e permette alla massa di aumentare di volume. Un'altra funzione del glutine è quella di trattenere l'amido durante la cottura della pasta. Quindi, senza glutine non è possibile avere lievitazione dell'impasto. La forza della farina, cioè la capacità di esprimere le caratteristiche del glutine, si rappresenta con un W. La W è compresa tra 90 e 380. La forza della farina è proporzionale alla percentuale di proteine presenti: più è bassa la percentuale di proteine e minore è la forza. Per esempio, farine che contengono 8-9% di proteine hanno una forza compresa tra 90 e 180 W. Farine con percentuale di proteine tra 15 e 18% hanno una W compresa tra 320 e 380. Più è alto il valore della forza, maggiore sarà la capacità dell'impasto di sopportare la pressione della lievitazione e mantenere elasticità e forma. Farine con forza minore sono destinate a impasti dove la lievitazione è breve o limitata. Il grado di raffinazione non è correlato al contenuto proteico e quindi nemmeno alla W dello sfarinato.

06. QUALI SONO LE PROPRIETÀ DEL KAMUT®?

La composizione chimico-nutrizionale non si discosta molto dal frumento "convenzionale". È solo di produzione biologica e non ibridato. Essendo commercializzato da integrale, ha un contenuto maggiore di fibra, come gli sfarinati di questa forma presenti sul mercato. Ciò che lo rende interessante è la sua azione sulla funzionalità intestinale. A parità di quantità, rispetto ai prodotti raffinati, ha un minor contenuto calorico. Presenta un'elevata quantità di glutine per cui, come il frumento "comune", non è adatto ai celiaci e agli intolleranti. In centro Italia si coltivano varietà di grano molto simili, ma decisamente meno costose rispetto al marchio Kamut. Kamut è, infatti, il nome di un marchio commerciale registrato di proprietà dell'azienda statunitense Kamut, fondata nel Montana da Bob Quinn, dottore in patologia vegetale e agricoltore biologico. Il nome è

attribuito commercialmente alla cultivar di grano della sottospecie *Triticum Turgidum* ssp. *Turanicum*, denominata Khorasan, dal nome della regione iraniana dove si coltiva dall'antichità.

Nel 1990, questa varietà di grano è stata registrata al Dipartimento dell'Agricoltura degli Stati Uniti d'America (USDA) col nome ufficiale di QK-77. Veniva inizialmente venduta col nome di "grano del faraone Tut", per il fatto che semi di questo grano sono stati ritrovati in una tomba egizia. La produzione avviene principalmente negli Stati Uniti e in Canada e la vendita di tale cultivar col nome commerciale di Kamut è strettamente regolamentata, deve essere certificata e rispettare una serie di norme stabilite dall'azienda statunitense. Chiunque, e ovunque, può coltivare grano Khorasan, ma nessuno può venderlo abbinato al marchio Kamut®.

"KAMUT" NON SI RIFERISCE A NESSUNA PARTICOLARE VARIETÀ DI GRANO DALLE CARATTERISTICHE MIRACOLOSE, MA È SEMPLICEMENTE IL NOME DI UN MARCHIO STATUNITENSE DATO A UNA SOTTOSPECIE DI GRANO MOLTO DIFFUSA IN CANADA: IL KHORASAN. LA FARINA DI "KAMUT", DUNQUE, NON È ALTRO CHE IL KHORASAN PROVENIENTE DAL CANADA.

07. CHE TIPO DI FARINA È LA "MANITOBA"?

La denominazione "Farina di Manitoba" deriva dal fatto che il frumento semi-duro da cui si ottiene, forte e resistente al freddo, viene coltivato nelle regioni settentrionali dell'America e nel Canada meridionale, territori un tempo colonizzati dalla tribù di "pellerossa" dei Manitoba. L'alta percentuale di proteine serve alla pianta come difesa nel periodo in cui il seme, morta la pianta, cade a terra e germoglia per formarne una nuova. Questo tipo di grano, proprio grazie alle sue caratteristiche, è stato esportato un po' in tutto il mondo. La definizione Manitoba è oggi attribuita convenzionalmente alle farine più forti.

Spesso, il termine "Manitoba" viene impropriamente utilizzato per indicare una farina ottenuta diversamente, ma con proprietà simili.

La varietà di frumento da cui si ottiene la farina di Manitoba è caratterizzata dall'elevato contenuto in glutenina e gliadina. Questi due componenti proteici (vedi box: "Il glutine e la forza della farina"), se attivati dall'acqua, originano il glutine. Maggiori quantità di proteine aumentano la forza della farina e la rendono particolarmente adatta alla produzione di pasticceria, come panettoni, pandori, colombe, ecc., permettendo di ottenere impasti molto elastici, forti e tenaci, capaci di sostenere lunghe lievitazioni e una quantità discreta di grassi. La farina di Manitoba ha un W maggiore di 350. Il valore di questa farina sta, quindi, nelle proprietà tecnologiche molto più che in quelle nutrizionali.



12. QUAL È IL RUOLO DELL'ACQUA?

L'acqua è un altro ingrediente fondamentale e molto importante per la produzione di pane. Con l'acqua si stabilisce la temperatura finale dell'impasto che, per essere buono e corretto, deve avere una temperatura finale di 26-27°C. Si userà dun-

que acqua fredda nel periodo estivo mentre in inverno, al contrario, alzeremo la temperatura dell'acqua ottenendo un impasto più caldo e più vicino ai 26-27°C (con il tempo e l'esperienza ogni panificatore acquisisce maggiore dimestichezza).

MATTONELLA

— RICETTA

INGREDIENTI

Biga

farina 00 (W350) 1000 g
acqua 450 g
lievito compresso 10 g

Impasto finale

biga +
semola di grano duro 300 g
sale 25 g
olio extra vergine oliva 50 g
malto 10 g
acqua 400 g

PROCEDIMENTO

Biga

Impastare poco e lasciar riposare a 16°C per 18-20 ore.

Impasto finale

Impastare la biga con la farina, il malto, il lievito e gran parte di acqua. A metà impasto, aggiungere il sale, la restante acqua a filo e infine l'olio extravergine d'oliva. Lasciare riposare in massa per 50-

60 minuti. Rovesciare su un tavolo infarinato, schiacciare leggermente per spostare le bolle d'aria formatisi all'interno. Tagliare delle strisce di pasta e, successivamente, delle "mattonelle". Riporre su assi infarinate con la parte del taglio rivolta sul fianco. Lasciare lievitare per altri 50-60 minuti e infornare con vapore a 240°C per circa 24 minuti, gli ultimi 5 minuti con valvola aperta.



IL LIEVITO MADRE

Il lievito madre è una miscela di acqua e farina fermentata.

Per facilitare o, meglio, accelerare questa fermentazione si può utilizzare uno starter: yogurt, miele, succo di frutta o frutta fresca.

I lieviti e i batteri già presenti nella farina, nell'aria e nell'ambiente circostante, alla presenza di acqua e farina, inizieranno a moltiplicarsi in modo costante.



1

Prendiamo un paio di mele non trattate, laviamole e sbucciamole. Riempiamo un contenitore con 200 g di acqua e lasciamo macerare le bucce per 48 ore.



4

Prendiamo un coltello pulito e incidiamo la parte superiore della pallina di impasto. L'incisione sarà a croce. A questo punto mettiamo l'impasto in un contenitore.



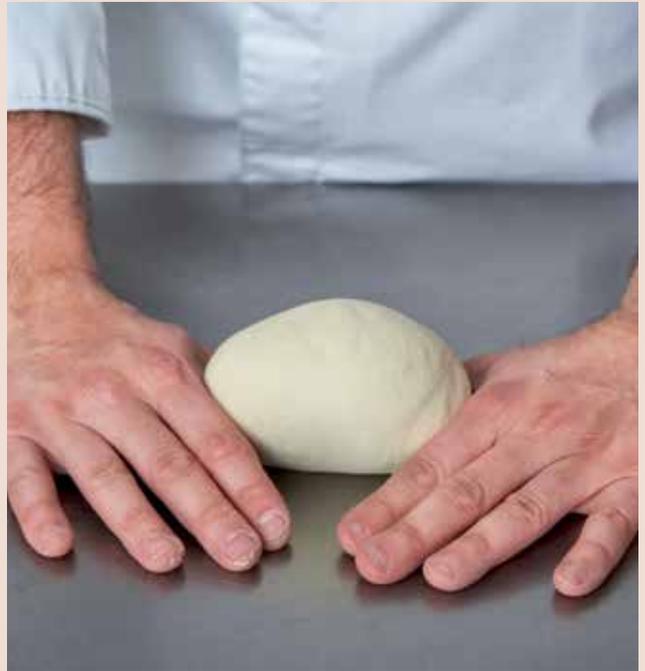
5

Copriamo il contenitore con l'impasto tagliato con un telo di stoffa umido per 24 ore a 26-28°C. La stoffa umida serve a far formare la pelle sulla superficie.



2

Filtriamo l'acqua che verrà utilizzata per la preparazione dell'impasto. Impastiamo 200 g di farina (W330-340) con 100 g di acqua filtrata dalla fermentazione delle mele.



3

Una volta che avremo ultimato l'impasto, potremo rimuoverlo dall'impastatrice. A questo punto formiamo una palla.



6

Il giorno dopo, impastiamo di nuovo con altri 200 g di farina e 100 g di acqua del rubinetto. Formiamo a palla e incidiamo con il coltello. Copriamo con un panno di stoffa bagnata e lasciamo lievitare per 24 ore a 26-28°C.



7

Questa procedura si ripeterà per i 5 giorni successivi. Poi faremo 2 o 3 rinfreschi al giorno finché l'impasto avrà triplicato il suo volume. A questo punto il lievito sarà pronto.

23. FRUTTA SECCA ED ESSICCATA SONO LA STESSA COSA?

Con il termine "frutta secca", comunemente s'intendono sia semi "a guscio", cioè protetti da un guscio solido e protettivo, come per esempio le mandorle, le nocciole, i pistacchi, sia la frutta essiccata o disidratata, come uvetta, albicocche, fichi, pesche, mele, pere, ecc. In comune hanno il processo di disidratazione che ne riduce il contenuto di acqua e allunga il tempo di conservazione.

I frutti a guscio donano ai prodotti, oltre che sapore, anche consistenza, sia agli impasti che al prodotto finito e, grazie alla percentuale di grassi in essi contenuta, aiutano i dolci a rimanere morbidi più a lungo. La frutta a guscio è venduta intera col guscio, spezzettata, tritata o polverizzate (per esempio, farina di mandorle).

Per evitare l'irrancidimento dei grassi e permettere una conservazione ottimale, la frutta a guscio va riposta in un luogo fresco e areato. Nei mesi caldi è preferibile conservarla in frigorifero.

La frutta essiccata o disidratata è ottenuta con uno

dei metodi di conservazione più antichi, accanto alla salagione e all'affumicatura. L'essiccazione è un procedimento che rimuove l'acqua presente negli alimenti per evaporazione e senza alterarne le proprietà chimiche e organolettiche. I cibi essiccati vengono sottoposti all'azione lenta del calore, sia quello naturale del sole, sia quella applicata negli essiccatoi che lavorano a bassa temperatura. Il prodotto non viene quindi cotto, ma semplicemente disidratato. In questo modo, l'alimento si conserva più a lungo perché si sottrae acqua che permette lo sviluppo di muffe e microrganismi.

In panetteria e pasticceria, grazie al loro elevato potere dolcificante, si possono utilizzare come ingrediente in sostituzione di una parte di zucchero. Inoltre, proprio per la loro proprietà di reidratarsi in presenza di acqua, fungono da stabilizzatori dell'umidità degli impasti. Infine, donano sapori e aromi particolari e aggiungono fibra al prodotto, importante dal punto di vista nutrizionale.

PANE ALL'UVA

RICETTA

INGREDIENTI

uvetta 4000 g

Biga

farina 00 (W350) 3000 g

lievito compresso 30 g

acqua 1350 g

Impasto finale

biga +

miele d'acacia 100 g

malto 60 g

lievito compresso 40 g

sale 60 g

acqua 900 g

PROCEDIMENTO

Mettere a bagno l'uvetta per circa 120 minuti in acqua calda, poi lasciarla scolare fino al giorno successivo.

Preparare la biga impastando farina, acqua e lievito per poco. Lasciarla riposare a 16°C per circa 18-20 ore.

Impastare la biga con il lievito, il malto e un goccio d'acqua. Aggiungere ancora dell'acqua, poco alla volta e in maniera graduale. A metà impasto aggiungere il sale e lo zucchero e terminare con il resto dell'acqua a filo. Una volta terminato si otterrà un impasto molto morbido. A questo punto

aggiungere l'uvetta e impastare per pochi minuti in prima velocità. Riporre in un mastello il pezzo di pasta di cui si vuole porzione il filone. Lasciare puntare per circa 45 minuti, rovesciare sul tavolo ben infarinato e formare a filone senza stringere troppo. Mettere su assi infarinate e lasciare riposare altri 30 minuti, infornare con forno caldo con vapore a 230°C, ma terminare la cottura con valvola aperta e il forno in caduta. Il tempo di cottura varia molto in base alla pezzatura e alla velocità del forno di perdere temperatura. In media, un filone di queste dimensioni può stare in forno anche 90 minuti.



27. CHE TIPI DI FORNO ESISTONO E QUALI SONO LE LORO DIFFERENZE?



Sono tanti i tipi di forno in commercio che possono essere installati in un moderno laboratorio di panificazione: a cicli termici, a tubi di vapore, in muratura, rotativi, ecc. L'ideale sarebbe avere almeno due tipi di forno: il rotativo per lievitati e pasticceria da forno, e un elettrico a piani per il pane.

Il forno a ciclo termico a piani fissi o platea, è forse il più diffuso nei panifici professionali. Il calore viene trasmesso al prodotto sia per conduzione che per irraggiamento. I fumi caldi prodotti dalla combustione vengono convogliati in apposite intercapedini poste a diretto contatto con suolo e cielo di ogni singola camera di cottura.

Il forno a tubi di vapore è forse il più antico e collaudato per cuocere il pane in maniera morbida e uniforme. L'acqua, riscaldata da un bruciatore, passa attraverso dei tubi, riscaldando in questo modo la camera di cottura e cuocendo il prodotto.

Nel forno rotativo la camera di cottura è posizionata verticalmente, accoglie un carrello formato con le teglie di pane che cuoce attraverso il

calore che, inizialmente, è trasmesso per convezione e irraggiamento e, successivamente, quando le teglie sul carello si saranno scaldate, per conduzione.

I vari tipi di forno funzionano secondo metodi di combustione differenti: legna, gas, elettricità.

Il forno elettrico è forse tra i più diffusi oggi a livello professionale poiché permette anche di selezionare la diffusione del calore (da sopra a sotto, da sotto a sopra, o entrambi) e di cuocere diverse tipologie di prodotto (pane, biscotti, ecc.) rapidamente e contemporaneamente.

Non solo, la possibilità di selezionare la resistenza permette, nel caso del pane, di cuocerlo inizialmente con entrambe e poi, nella fase finale, utilizzare solo quella alla base, in modo da non arrostitire la superficie del pane e poter continuare, allo stesso tempo, la cottura.

Questi forni sono anche dotati di ventilazione, in grado di diffondere il calore in maniera omogenea e impedire che gli aromi migrino da un prodotto all'altro.



Il forno a legna è un po' macchinoso da gestire perché, prima di poterlo utilizzare, è necessario portarlo a temperatura e questo richiede parecchio tempo. Il forno a legna è senz'altro la tipologia più indicata per intensificare e migliorare il sapore e il profumo dei prodotti da forno, la particolare cottura di questo forno, inoltre, migliora la conservazione del pane.

Il forno a gas funziona con un bruciatore collocato nella parte bassa dell'elemento, cui trasmette il calore, che poi viene distribuito nella camera del forno per irraggiamento (i cibi sono "esposti" al calore che si propaga dalle pareti del forno o dalla serpentina del grill) e per convezione (l'aria si scalda e tende a salire, sfiorando i cibi con un passaggio di calore continuo).

Dopo l'accensione del forno, il bruciatore funziona alla massima potenza fino a quando non raggiunge la temperatura impostata e poi passa al minimo, producendo solo calore di mantenimento. L'economicità, la semplicità d'uso e la velocità nel raggiungere le alte temperature sono sicuramente dei punti di forza del forno a gas. Tuttavia,

il fatto di avere il bruciatore che ogni tanto va al massimo e ogni tanto al minimo comporta delle difficoltà nella corretta gestione delle cotture. In questo modo, infatti, il forno tende a seccare o bruciare alcuni punti e a far perdere velocemente l'umidità ai cibi in cottura.



44.

COS'È L'ACRILAMMIDE?

L'acrilammide è una sostanza chimica che si forma naturalmente nei prodotti alimentari ricchi di amido durante la normale cottura ad alte temperature (frittura, cottura al forno e alla griglia e anche lavorazioni industriali a più di 120°C con scarsa umidità). Si forma per lo più a partire da zuccheri e aminoacidi (principalmente un aminoacido chiamato asparagina) che sono naturalmente presenti in molti cibi. Il processo chimico che causa ciò è noto come "reazione di Maillard" (vedi capitolo 1 e ulteriore approfondimento in questo capitolo) e conferisce al cibo quel tipico aspetto di "abbrustolito" che lo rende più gustoso. Il suo consumo deve essere tenuto sotto controllo perché potrebbe essere responsabile di alterazioni genetiche e tumori, come dimostrano alcuni studi condotti su animali.

I più importanti gruppi di alimenti che contri-

buiscono all'esposizione all'acrilammide sono i prodotti fritti a base di patate, il caffè, i biscotti, i cracker, i diversi tipi di pane croccante e il pane morbido. Gli ingredienti, le condizioni di conservazione e di lavorazione (soprattutto la temperatura) influenzano grandemente la formazione di acrilammide negli alimenti. Il colore ci dice quanta acrilammide è presente negli alimenti che consumiamo.

Le tonalità di colore dal marroncino al marrone scuro che si vedono su: patate, pane, pizza, biscotti, cereali da colazione, fette biscottate, ecc. indicano la presenza di questa sostanza nociva. La quantità di acrilammide è maggiormente correlata alla tonalità marrone scuro del cibo e all'area di prodotto interessata. Se il colore, invece, è dorato la presenza potrebbe essere "trascurabile" come si rileva nella mollica del pane o nelle patate bollite.

GLI INGREDIENTI, LE CONDIZIONI DI CONSERVAZIONE E DI LAVORAZIONE (SOPRATTUTTO LA TEMPERATURA) INFLUENZANO GRANDEMENTE LA FORMAZIONE DI ACRILAMMIDE NEGLI ALIMENTI.

PANE E SCIENZA

Recentemente l'Associazione Panificatori Lombardi, in collaborazione con un laboratorio di ricerca, ha realizzato uno studio scientifico sui pani verificando una presenza molto bassa di acrilammide anche su di un prodotto di soli 1-2 kg. Stessa cosa per la pizza: le bolle che si formano sulla crosta (e che spesso assumono colore nero) sono ricche di acrilammide. Tuttavia, calcolandone la percentuale sullo stesso prodotto, è stato verificato che tale presenza non è da considerarsi alta. Questa ricerca ha evidenziato anche che: i pani ricchi di fibre (pani scuri, pani integrali tipo 2, di segale, ecc.) sono più ricchi di acrilammide rispetto a pani realizzati con farine più raffinate e quindi doppio a zero. Per concludere, senza creare falsi allarmismi: l'acrilammide è un problema e bisogna cercare di stare attenti. Queste attenzioni devono essere prestate in primis dal professionista in fase di produzione (cottura) del pane, ma anche dal consumatore, che deve fare attenzione a ciò che mangia limitando cibi troppo cotti e bruciati.

50.

QUANTO È IMPORTANTE LA FERMENTAZIONE?

La fermentazione è uno dei momenti più importanti della produzione del pane: essa decide il carattere del nostro prodotto. Con la fermentazione, infatti, aumentiamo le note acidule date dai lieviti, che caratterizzeranno l'aromaticità del pane aumentandone il godimento al palato.

Più facciamo fermentare l'impasto, cioè più diamo modo ai lieviti di lavorare, di mangiare zuccheri, di trasformarli, più contribuiamo ad aumentare l'aroma, il profumo e il gusto intenso del prodotto. Con una fermentazione breve, il pane sarà neutro e non lascerà nessun ricordo.

Al contrario, con una lunga fermentazione, magari a freddo, sviluppata a basse temperature, avremo un pane con carattere. La temperatura incide sui tempi di fermentazione.

Le variabili sono infinite e questo è ciò che rende la panificazione un'arte: posso fare una fermentazione a 16°C per 18 ore con lo 0,2% di lievito; oppure a 4°C per 18 ore con lo 0,8% di lievito; non c'è una regola fissa e questo rende il pane di ogni fornaio diverso e unico nel suo genere. Se alla lunga fermentazione, poi, aggiungiamo in ricetta anche delle farine particolari come, per esempio, la segale, una parte di farro, una parte di mais, per citarne alcune, il pane assumerà ancora più personalità.





PANE TIPO 2 CON SEMI FERMENTATI

— RICETTA

INGREDIENTI

Semi fermentati
semi di lino 150 g
semi di chia 150 g
malto tostato 100 g
lievito compresso 3 g
finocchio polvere 3 g
acqua calda 500 g

Impasto

farina tipo 2 5000 g
acqua 2750 g
sale 75 g
lievito madre 10 g
acqua 1250 g
semi fermentati 906 g

PROCEDIMENTO

Semi fermentati

Mescolare tutti gli ingredienti insieme il giorno precedente. Lasciate riposare almeno 2 ore e dopo mettere in frigo per almeno 16 ore.

Impasto finale

Iniziare l'impasto con autolisi, dopo mezz'ora aggiungere il lievito e una parte d'acqua. Al suo assorbimento, aggiungere il sale e, un po' per volta, aggiungere i semi fermentati e poi il resto dell'acqua. Una volta terminato l'impasto, mettere in un contenitore, lasciar puntare 30 minuti. Dare una piega e, dopo altri 30 minuti a temperatura ambiente, mettere in frigorifero a 4-6°C per circa 20 ore. Trascorso questo tempo, spezzare in ciabatte medio-lunghe e attorcigliare su se stesse nella farina. Lasciare riposare circa 60 minuti e infornare con vapore iniziale.

58. E SE AVANZO DEL PANE?

A high-angle, close-up photograph of a rustic wooden tray. The tray is divided into sections. On the left, there is a large pile of white flour. On the right, there are two round, golden-brown bread rolls with a cracked, textured surface. The background is a dark, textured surface, possibly a wooden table or wall. The lighting is dramatic, highlighting the textures of the flour and the bread.

Storicamente si è sempre detto che buttare il pane è peccato. Il pane rappresenta un lavoro notturno, racchiude la fatica dell'artigiano, è conoscenza, è un bene primario. Ecco perché buttare il pane è peccato: il pane avanzato si può riutilizzare in mille modi. Un tempo si usava il pane secco per fare colazione inzuppandolo nel caffelatte. Ricordo mio nonno che adorava fare colazione con il pane inzuppato. Oggi, i tempi sono cambiati, la colazione delle moderne generazioni sono diverse. Ciò ha permesso, tuttavia, anche a un'evoluzione delle proposte, anche dolci, in cui viene impiegato il pane raffermo. In Austria, per esempio, il pane del giorno prima viene messo a bagno nell'acqua e impiegato per la produzione del giorno successivo, questo rafforza ulteriormente il sapore del prodotto. Questa lavorazione non può essere fatta in Italia perché non è consentito dalla legge. Tuttavia, è possibile usare il pane raffermo, ammorbidito nel latte, nelle ricette di dolci e torte (vedi ricetta: Torta di Pane).

TORTA DI PANE

— RICETTA

INGREDIENTI

pane secco 1000 g
latte intero 3000 g
zucchero semolato 500 g
burro 200 g
cacao in polvere 200 g
uova intere 450 g
amaretti sbriciolati 400 g
uvetta 400 g
amaretto 100 g

PROCEDIMENTO

Lasciare ammorbidire il pane secco nel latte per un giorno e una notte. Successivamente, impastarlo con il resto degli ingredienti. Mettere l'impasto nelle tortiere, pareggiare e cuocere in forno caldo, temperatura pane, circa 220-230°C per circa 15-20 minuti. il tempo varia in base all'altezza di stesura.





69. CHE PROFUMO DEVE AVERE IL PANE?

Partiamo dalla crosta: deve avere un leggero sentore di tostato, un profumo piacevole, che richiama i pop corn, quindi il mais.

La mollica, invece, deve sprigionare il profumo del cereale o cereali con cui è prodotta la farina utilizzata per panificare. Il pane avrà anche un sentore

“alcolico” dato dalla fermentazione e, se prodotto con lievito madre, avrà un profumo “acido”, caratteristica specifica del lievito utilizzato in produzione. La quantità di aromi che si riscontrano analizzando un pane ottenuto con solo lievito di birra sarà molto più limitata.



70. COME DEVONO ESSERE GLI ALVEOLI DEL PANE?

Gli alveoli cambiano molto in base al tipo di lavorazione. Un impasto fatto con lievito compresso e una breve lievitazione avrà alveoli fitti e tondi. Al contrario, un pane a lunga fermentazione, magari prodotto con lievito madre avrà un'alveolatura molto più importante: alveoli più grandi, tendenzialmente ovali, che tenderanno verso l'alto. Questo è dato dall'attività fermentativa più lunga: i lieviti hanno avuto più tempo per sviluppare una

quantità maggiore di anidride carbonica. Se volessimo analizzare l'alveolatura anche in altre tipologie di prodotti come, per esempio, il panettone dovremmo osservare alveoli di forma allungata, non troppo grossi e abbastanza regolari. Alveoli troppo grossi in un prodotto come il panettone possono portare a problemi di shelf-life: l'umidità uscirà molto più rapidamente e il panettone si asciugherà prima.

74.

COME SI PREPARA UNA FOCACCIA ALLA PALA (E LA FARCITURA)?

FOCACCIA ALLA PALA

— RICETTA

INGREDIENTI

Biga

2700 g farina forte W350
300 g farina segale
1350 g acqua
30 g lievito compresso

Impasto finale

900 g acqua 38°C
60 g sale
30 g malto
9 g lievito compresso

TEMPERATURA FINALE IMPASTO

28-30°C

PROCEDIMENTO

Biga

Impastare per circa 3 minuti e lasciare riposare per circa 20 ore a 16°C.

IMPASTO FINALE

Impastare la biga, il malto, il lievito e parte dell'acqua. Aggiungere gradualmente il restante liquido e a metà il sale. Lasciare riposare in un contenitore unto per circa 40-50 minuti. Rovesciare sul tavolo infarinato, preferibilmente con semola di grano duro, e tagliare a mano con una raspa, tenendo la parte del taglio verso l'alto. Mettere su assi infarinate. Fare lievitare per 40-50 minuti a 26-27°C. Caricare su un telaio o su teglie con carta forno. Con le dita, allargare la pasta facendo in modo da spostare l'aria allineando in maniera uniforme. Cospargere la superficie con sale e olio a filo. Cuocere a 230-240°C. Terminare con valvola aperta. Il tempo di cottura varia in base alla pezzatura.







80.

BRIOCHE E CORNETTI POSSONO ESSERE SFORNATI ANCHE IN PANIFICIO?

Certo! Brioche e cornetti fanno decisamente parte della tradizione dei fornai. In primis, perché sono paste lievitate, e noi lavoriamo quotidianamente con i lieviti, e poi sono prodotti "del mattino" e dal panettiere si va la mattina. Nel resto dell'Europa, ma sempre più spesso anche nel nostro Paese, i prodotti per la prima colazione si acquistano al forno, o si consumano direttamente sul punto vendita, quando è attrezzato anche con l'angolo caffetteria.

Lo sfogliato lievitato, rispetto a un impasto di pane, ci permette una maggiore elasticità, perché la lavorazione e laminazione viene fatta tutta al freddo, ovvero con l'ausilio del frigorifero, quindi ha una gestione più semplice. Dal punto di vista delle farciture, il cornetto alla crema è sempre il preferito: la croccantezza della sfoglia esterna si

accompagna alla parte più morbida della mollica interna e alla cremosità della crema pasticcera. Quando si pensa a un prodotto, in generale, bisogna sempre ragionare sulle sensazioni che si danno al palato, devono essere diverse e contrastanti allo stesso tempo. Quando si scelgono le farciture è bene anche considerare la vita del prodotto. Per esempio, una brioche con crema e frutta fresca sarà un prodotto "espresso" a causa della frutta fresca tagliata sulla superficie che invecchia precocemente.

Se si preferisce un prodotto che abbia una vita un po' più lunga (si parla di ore, non di giorni), meglio usare delle creme, come una crema al pistacchio, per esempio, che potrà essere rifinita con pistacchio in granella sulla superficie per dare la sensazione di croccantezza in bocca.

PASTA BRIOCHE

RICETTA

INGREDIENTI

Pasta brioche

farina 1000 g
latte 200 g
uova 300 g
sale 20 g
zucchero 150 g
lievito compresso 35 g
burro 400 g

Crema pasticcera

latte intero 1000 g
panna 300 g
amido di riso 140 g
zucchero semolato 360 g
tuorli d'uovo 360 g
polpa vaniglia

PROCEDIMENTO

Pasta brioche

Impastare la farina, il lievito e i liquidi, poi aggiungere lo zucchero e il sale. Infine, incorporare gradualmente il burro. Lasciare riposare a 4° C per 12 ore.

Dopo il riposo, pesare del peso desiderato, formare e far lievitare a 26°-27° C per circa 90 minuti.

Lucidare con uovo e infornare a circa 190° C. Il tempo di cottura varia in base alla pezzatura.

Crema pasticcera

Bollire il latte.

A parte mescolare tuorli,

zucchero, vaniglia e l'amido di mais. Mescolare con la frusta, non appena il latte sfiorerà il bollore, versare prima una parte di latte sul composto per stemperarlo, infine aggiungere il resto del latte. Trasferire la crema in un pentolino sul fuoco, girando continuamente, fino a quando non sarà densa e cremosa. Far raffreddare la crema.

FINITURA

Tagliare la parte superiore della brioche, riempire di crema e farcire con frutta fresca.

85. CHE IMPORTANZA RIVESTE LA COMUNICAZIONE IN PANIFICIO?

Una piccola attività ha bisogno di comunicare, non solo all'interno del punto vendita, ma anche all'esterno. Un forno ha un legame stretto con il territorio e, dunque, è sul territorio che si deve prima di tutto fare comunicazione. Oggi i mezzi a disposizione sono tanti, ma partiamo da quelli più classici.

1. **Comunicazione istituzionale:** carta stampata, tv, radio. Possono essere utili per nutrire il proprio marchio.
2. **Packaging:** rappresenta l'immagine del nostro panificio.
3. **Web:** con un sito istituzionale o attraverso i social, dove si possono raccontare il brand, i prodotti e tutte le attività che si fanno in occasioni speciali (festa degli innamorati, della mamma, Natale, ecc.).

4. **Pubbliche relazioni:** quest'attività può essere svolta dal personale stesso del panificio, in negozio, attraverso il contatto diretto con il cliente. Si comunicano le novità, i prodotti disponibili, quelli preparati per le occasioni speciali, ecc.

Un piano di comunicazione ben fatto deve tenere conto di due elementi: strategia e posizionamento dell'azienda. Chi siamo, cosa sappiamo fare, qual è la nostra premessa e quale il nostro obiettivo. Tutto questo ci farà capire quali mezzi utilizzare per comunicare al nostro target di riferimento. Sono tutti aspetti fondamentali che vanno analizzati separatamente, ma che fanno parte di un unico progetto.

86. COME SI SCELGONO GLI STRUMENTI PIÙ ADATTI PER UNA COMUNICAZIONE EFFICACE?

In primis bisogna individuare il proprio target di riferimento. Ovvero capire a chi vogliamo comunicare, a chi ci rivolgiamo. La comunicazione verrà plasmata attorno a questo target. Successivamente si sceglieranno gli strumenti più adatti su questo specifico target per il raggiungimento degli obiettivi identificati e nel rispetto dei canali distributivi di appartenenza. Le prime domande da farsi sono: "come comunicare l'azienda?" "a chi comunicare?". Il "come l'azienda decide di comunicare" e il "a chi" sono i primi passi di una comunicazione efficace, che racconterà l'identità dell'azienda aumentando la percezione del valore dei propri prodotti al pubblico. Il target di riferimento si delinea considerando diversi aspetti: demografici, culturali, capacità di spesa, stile di vita. Se, per esempio, il nostro pubblico è per lo più "over 60" si scateranno una serie di riflessioni che vanno dall'orario di apertura del punto vendita (meglio aprire solo al

mattino?), alla comunicazione diretta tramite il personale di vendita (non di certo attraverso i social), o anche all'utilizzo di comunicazione visiva sul punto vendita attraverso l'affissione (es. un cartello con la scritta: da domani saranno disponibili le frittelle di carnevale). Se il mio target di riferimento è under 40, la comunicazione si baserà sulle abitudini di questo tipo di pubblico e anche la proposta sarà plasmata sul suo stile di vita. Si deve suscitare interesse, curiosità e attenzione nell'interlocutore. L'interlocutore stesso, in questo modo, diventerà portatore dei valori unici espressi dalla nostra azienda e dei prodotti acquistati. Questo è il cliente che sceglie il nostro locale per la qualità della produzione e la varietà dell'offerta, ma anche perché contiene una storia che abbiamo saputo raccontare e trasmettere. Con questo target di riferimento la comunicazione si sposterà anche sui social dove potteremo la nostra presenza.





INDICE DELLE DOMANDE



INDICE DELLE DOMANDE

01. COS'È IL PANE?	15	28. CELLA DI LIEVITAZIONE E ABBATTITORE. COME SI USANO?	71
02. COME VIENE CLASSIFICATO IL PANE SECONDO LA LEGGE?	16	29. COME SI IMPASTA IL PANE?	76
03. CHE TIPO DI FARINA SI USA IN PANIFICAZIONE?	19	30. QUALI SONO I TIPI D'IMPASTAMENTO?	76
04. COME SI CLASSIFICA LA FARINA DI FRUMENTO?	20	31. COS'È UNA BIGA?	79
05. COS'È IL W?	22	32. COS'È UN POOLISH?	80
06. QUALI SONO LE PROPRIETÀ DEL KAMUT®?	23	33. QUANTO È IMPORTANTE LA TEMPERATURA FINALE DELL'IMPASTO?	82
07. CHE TIPO DI FARINA È LA MANITOBA?	23	34. QUANTO È IMPORTANTE IL RIPOSO DELLA PASTA?	83
08. COSA S'INTENDE PER GRANI ANTICHI?	24	35. QUALI SONO I VANTAGGI E GLI SVANTAGGI DELL'IMPASTO DIRETTO?	84
09. QUALI ALTRE FARINE SI USANO IN PANIFICAZIONE?	27	36. QUALI SONO I VANTAGGI E GLI SVANTAGGI DELL'IMPASTO SEMI-DIRETTO?	84
10. QUAL È IL RUOLO DEL SALE NEL PANE?	28	37. QUALI SONO I VANTAGGI E GLI SVANTAGGI DELL'IMPASTO INDIRETTO?	87
11. COME INCIDE IL SALE SULLA SALUTE UMANA?	28	38. COS'È L'AUTOLISI E PERCHÉ SI UTILIZZA?	88
12. QUAL È IL RUOLO DELL'ACQUA?	32	39. COS'È LA FERMENTAZIONE?	91
13. QUALI SONO I TIPI DI LIEVITO UTILIZZATI IN PANIFICAZIONE?	35	40. COS'È L'IMPASTO DIRETTO LUNGO?	92
14. IL LIEVITO MADRE: COS'È E COME SI PRODUCE?	36	41. COSA SI PUÒ FARE SE L'IMPASTO È TROPPO CALDO?	94
15. COME SI CURA E COME SI ALIMENTA IL LIEVITO MADRE?	37	42. COSA PUÒ ACCADERE QUANDO L'IMPASTO È TROPPO FREDDO?	95
16. COS'È IL LIEVITO COMPRESSO?	43	43. ...E SE UTILIZZO UNA FARINA CON POCO GLUTINE?	95
17. QUALI SONO I GRASSI UTILIZZATI NELLA PRODUZIONE DI PANE?	46	44. COS'È L'ACRILAMMIDE?	97
18. QUAL È LA FUNZIONE DEGLI ZUCCHERI?	48	45. QUANTI TIPI DI PANE ESISTONO?	102
19. COSA SONO GLI ENZIMI E QUAL È IL LORO RUOLO?	51	46. QUALI SONO I VANTAGGI E GLI SVANTAGGI DELLE PEZZATURE GRANDI?	108
20. COS'È IL MALTO E QUAL È LA SUA FUNZIONE?	52	47. QUALI SONO I VANTAGGI E GLI SVANTAGGI DELLE PICCOLE PEZZATURE?	111
21. COSA SONO I MIGLIORATORI E QUAL È IL LORO RUOLO?	53	48. QUANTO È IMPORTANTE LA PREFORMA?	112
22. QUALI ALTRI INGREDIENTI SI USANO NELLA PRODUZIONE DEL PANE?	55	49. QUANTO È IMPORTANTE LA LIEVITAZIONE FINALE?	113
23. FRUTTA SECCA ED ESSICCATA SONO LA STESSA COSA?	56	50. QUANTO È IMPORTANTE LA FERMENTAZIONE?	114
24. COME SI CREA UNA RICETTA?	59	51. I TAGLI SUL PANE RAPPRESENTANO SOLO UN FATTORE ESTETICO?	116
25. QUALI SONO LE ATTREZZATURE FONDAMENTALI IN UN LABORATORIO DI PANIFICAZIONE?	64	52. LA FORMATURA: MEGLIO A MACCHINA OPPURE A MANO?	118
26. QUALI SONO LE DIFFERENZE TRA LE VARIE IMPASTATRICI?	67	53. COS'È LA SHELF-LIFE?	121
27. CHE TIPI DI FORNO ESISTONO E QUALI SONO LE LORO DIFFERENZE?	68		

54. COME SI MIGLIORA LA SHELF-LIFE?	121	80. BRIOCHE E CORNETTI POSSONO ESSERE SFORNATI ANCHE IN PANIFICIO?	189
55. IL PANE PUÒ FARE TENDENZA?	122	81. QUAL È LA DIFFERENZA TRA CROISSANT, CORNETTO E BRIOCHE?	190
56. IL PANE HA UNA STAGIONALITÀ?	125	82. I GRANDI LIEVITATI SONO PREROGATIVA DEL PASTICCERE?	194
57. COME SCELGO IL PANE IN BASE ALLE PIETANZE?	126	83. IL PANETTONE: UN MITO O UNA LEGGENDA?	194
58. E SE AVANZO DEL PANE?	128	84. IL LIEVITO MADRE PER IL PANE È UGUALE A QUELLO PER IL PANETTONE?	197
59. PANE VUOL DIRE SALUTE?	131	85. CHE IMPORTANZA RIVESTE LA COMUNICAZIONE IN PANIFICIO?	202
60. A QUANTI GRADI SI CUOCE IL PANE?	136	86. COME SI SCELGONO GLI STRUMENTI PIÙ ADATTI PER UNA COMUNICAZIONE EFFICACE?	203
61. IL FORNO VIENE SCELTO IN BASE ALLA TIPOLOGIA DI PRODOTTO?	140	87. CHE IMPORTANZA RIVESTE L'IMMAGINE?	204
62. QUANTO È IMPORTANTE IL VAPORE IN COTTURA?	142	88. QUALI SONO I PRINCIPALI SOCIAL DA SFRUTTARE PER LA NOSTRA COMUNICAZIONE?	205
63. COME SI RAFFREDDA IL PANE?	145	89. QUANTO È IMPORTANTE LA FORMAZIONE DEL PERSONALE PER UNA CORRETTA COMUNICAZIONE?	206
64. È MEGLIO ABBATTERE IL PANE CRUDO O COTTO?	148	90. È IMPORTANTE L'AUTOFORMAZIONE?	207
65. COSA DICE LA LEGGE?	151	91. È POSSIBILE COMUNICARE IL PANE IN MANIERA CREATIVA?	208
66. LIEVITAZIONE IN CELLA O A TEMPERATURA AMBIENTE: COSA È PREFERIBILE?	152	92. COME PUÒ UN PANE RACCONTARE UN TERRITORIO?	211
67. COS'È L'ANALISI ORGANOLETTICA?	156	93. QUANTO È IMPORTANTE IL LOGO DELL'AZIENDA?	212
68. LA VISTA: COME DEVE ESSERE LA CROSTA DEL PANE NELL'ANALISI ORGANOLETTICA?	157	94. CHE IMPORTANZA RIVESTE IL PACKAGING?	212
69. CHE PROFUMO DEVE AVERE IL PANE?	159	95. COME SI CALCOLA IL PREZZO DEL PANE?	214
70. COME DEVONO ESSERE GLI ALVEOLI DEL PANE?	159	96. QUANTO CONTA LA QUALITÀ RISPETTO AL COSTO DEI PRODOTTI?	214
71. È POSSIBILE DESCRIVERE IL GUSTO DEL PANE?	160	97. È POSSIBILE VENDERE IL PANE ATTRAVERSO L'E-COMMERCE?	217
72. QUALI SONO GLI ALTRI PRODOTTI DA FORNO?	166	98. COME ALLESTIRE LA VETRINA?	217
73. QUALI SONO LE ORIGINI E LE CARATTERISTICHE DELLA FOCACCIA?	169	99. IL PANE DEVE ESSERE ETICHETTATO?	218
74. COME SI PREPARA LA FOCACCIA ALLA PALA (E LA FARCITURA)?	170	100. COSA DEVO SCRIVERE SULL'ETICHETTA DEI PRODOTTI TIPICI COME PANETTONE E PANDORO?	219
75. QUALI SONO LE CARATTERISTICHE DELLA PIZZA "DEL FORNAIO"?	175	101. COME SI ETICHETTANO I PRODOTTI INTEGRALI?	219
76. QUALI SONO I PRODOTTI SECCHI DEL PANIFICIO?	176		
77. COME SI CONSERVANO I PRODOTTI SECCHI?	180		
78. QUALI SONO I PRODOTTI DI PASTICCERIA CHE SI POSSONO PRODURRE IN PANIFICIO?	183		
79. FROLLE O BISCOTTI: COSA SI PRESTA DI PIÙ ALLA PRODUZIONE DI UN PANIFICIO?	184		