



## LO PAN NER NELLA CUCINA CONTEMPORANEA

### RICETTA SECONDA CLASSIFICATA

#### *Lo Pan Ner nella zuppa pavese*

di ANTONELLA EBERLIN – MILANO

**LINK AL BLOG:** <http://www.cucino-io.com>

**LINK ALLA RICETTA:** <http://www.cucino-io.com/2017/09/lo-pan-ner-nella-zuppa-pavese/>

### DOSI PER 4 PERSONE

#### TEMPI DI PREPARAZIONE:

per il pane 24 ore – per la zuppa 2 ore

#### INGREDIENTI:

**Ingredienti per il pane** – una pentola da 22 cm (dosi per una pentola del diametro di 26-28 cm)

- ✓ 275 g di farina di segale
- ✓ 125 g di farina di frumento 0
- ✓ 100 g di farina di frumento tenero integrale
- ✓ 310-325 ml di acqua
- ✓ 5 g di lievito birra fresco
- ✓ 10 g di sale

#### **Ingredienti per la zuppa**

- ✓ gambo di sedano 1
- ✓ carota 1
- ✓ pomodoro 1
- ✓ cipollotto 1
- ✓ sale q.b.
- ✓ uova 1 a porzione
- ✓ fette di pane di segale 2 a porzione
- ✓ parmigiano 1 cucchiaio a porzione

#### PROCEDIMENTO PER IL PANE

In una ciotola dovete semplicemente sciogliere il lievito nell'acqua unirlo alle farine e sale mescolando il tempo necessario per far assorbire tutta l'acqua dalla farina, quindi meno di un minuto, coprire e lasciare a temperatura ambiente per almeno 12 ore, ottimo sarebbe sino a 18 ore, e in caso di temperatura basse possiamo arrivare anche ad un max di 24 ore.

Passate le 18 ore fare tre/quattro giri di pieghe all'impasto. Mettete la massa con le pieghe sotto, in una ciotola rivestita con uno strofinaccio infarinato. Spolverate di farina anche la superficie e poi chiudete con i lembi dello strofinaccio. Lasciate lievitare, ci vorranno circa 2 ore 2,30, l'impasto deve raddoppiare.

Accendete il forno al max con dentro la pentola e coperchio. Infornate rovesciando il pane nella pentola bollente, senza mettere nulla nella pentola, niente farina. Chiudete con coperchio e infornate per 30 minuti, poi togliete il coperchio e continuate la cottura per altri 10 -15.

In ultimo tirate il pane fuori dalla pentola e mettetelo sulla griglia, abbassate la temperatura a 190°, ventilato con il forno a fessura in modo che si formi la crosta.

### **PROCEDIMENTO PER LA ZUPPA**

Preparate un brodo vegetale mettendo la verdura a freddo in acqua, dopo averla mondata e tagliata a pezzi. Aggiungete il sale. Lasciate sobbollire per un'ora circa.

Preparate i piatti mettendo un paio di fette di pane a testa. Quando il brodo è pronto versatelo ancora bollente sul pane. Aprite un uovo e versatelo in ogni piatto, sul pane. Mettete i piatti nel forno riscaldato in modo da far rapprendere l'albume e dare cottura al tuorlo che però deve rimanere morbido. Ci vorrà una decina di minuti a 120°. Togliere dal forno e servire con l'aggiunta di un cucchiaino di parmigiano grattugiato.



