



LO PAN NER NELLA CUCINA CONTEMPORANEA

RICETTA TERZA CLASSIFICATA

Mariconde di Pane Nero

di PAMELA MUSSIO – LENO (BRESCIA)

LINK AL BLOG: <https://labisacciablog.wordpress.com>

LINK ALLA RICETTA: <https://labisacciablog.wordpress.com/2017/09/25/mariconde-di-pane-nero/>

DOSI PER 2 PERSONE

TEMPO DI PREPARAZIONE:

- ✓ 15 minuti + 30 minuti impasto + lievitazione

INGREDIENTI PER IL PAN NER PREFERMENTO

- ✓ 150 farina di grano tenero tipo 0
- ✓ 150 ml acqua a ca 20°C
- ✓ 2 gr lievito di birra secco
- ✓ Mescolare velocemente, coprire e lasciar riposare 12/14 ore a circa 20°C.

IMPASTO

- ✓ tutto il prefermento
- ✓ 100 gr farina di grano tenero tipo 0
- ✓ 550 gr farina segale integrale
- ✓ 470 ml acqua a ca 20°C
- ✓ 200 gr farina di grano tenero integrale
- ✓ 5 gr lievito di birra secco
- ✓ 20 gr sale

PER LE MARICONDE

- ✓ 300 gr Pan Ner
- ✓ 80 gr Grana Padano grattugiato sottile
- ✓ 1 uovo (ca 50 gr)
- ✓ 1 cucchiaino da caffè di fiori di sambuco essiccati
- ✓ 1 cucchiaino ciuffi di carote tritati
- ✓ prezzemolo qb
- ✓ brodo vegetale qb
- ✓ Grana Padano a scaglie a piacere

PROCEDIMENTO PER IL PANE NERO

1. Fate sciogliere il lievito in 100 ml di acqua presa dal totale e fate riposare per 10 minuti. (Oppure seguite le istruzioni sulla bustina)
2. Nella ciotola della planetaria, mescolate tutti gli ingredienti per il pane e impastate con il gancio per almeno 10/15 minuti. Io ho impostato la velocità 4 su 7.
3. Quando tutta l'acqua sarà ben assorbita, rovesciate l'impasto su un piano liscio pulito e impastate a mano fino a che diventerà meno appiccicoso e ben liscio. Create attrito sul piano trascinando la palla di impasto verso di voi, trasferite in una ciotola e coprite con un panno umido. Fate lievitare fino al raddoppio.
4. Io l'ho cotto con la pietra in forno, quindi ho preriscaldato per 15 minuti a 250°C senza teglia. Quando il forno era ben caldo, ho rovesciato l'impasto sulla teglia, inciso a croce e infornato a 250°C per i primi 5 minuti, poi 200°C per 40 minuti ed infine 10 minuti con sportello leggermente aperto.
5. Quando il pane sarà colorito e cotto, sfornate e mettete inclinato su una griglia. Lasciate raffreddare completamente prima di tagliare. (Il mio ha riposato quasi 24 ore)

PROCEDIMENTO PER LE MARICONDE

1. Mettete a scaldare il brodo.
2. Prelevate la quantità di pane necessaria, al netto della crosta. Sbriciolatela in una ciotola e spruzzate leggermente con il brodo.
3. Aggiungete il resto degli ingredienti e impastate fino ad ottenere la consistenza di un ripieno. Se dovesse essere troppo umido, aggiungete pochissima farina di segale. Al contrario, se fosse troppo asciutto spruzzate leggermente con il brodo.
4. Ricavate delle palline e tenete da parte.

5. Quando il brodo comincia a sobbollire, aggiungete delicatamente le mariconde e lasciate cuocere per alcuni minuti: non devono disfarsi.
6. Versate nelle fondine e aggiungete a piacere scaglie di Grana Padano e prezzemolo. Servite ben calde.

