

FOCACCIA

Ingredients

For the poolish

150 gr. bread flour

150 gr. water

% of fresh yeast, according to the fermentation length (see details bellow)

For the focaccia dough

300 gr. bread flour

5 gr. sugar/honey/malt

200 gr. water

10 gr. salt

35 gr. extravirgin olive oil

For finishing

25 gr. extra virgin olive oil

25 gr. water

salt flakes

Equipment

- 3 small round trays of 22 cm of diameter or a square tray 36x36 cm
 - Mixing bowl
 - Scale
 - Stand mixer, if you don't have one don't worry. It might take more time and more effort, but it works anyway.

Pre-instructions

POOLISH: a maturated pre-dough made with flour, water and yeast.
Then combined with other ingredients necessary in the dough.

The pros to this method are the combination between alcoholic and lactic fermentation, stronger taste and perfume, more developed bread alveolation, greater digestibility and better storage.

Use a strong flour, high in proteins and gluten, ideal for long time fermentation.

When making poolish the proportion between flour and water is always the same, the amount of yeast to use is equivalent to two issues: fermentation time and the amount of flour used.

See the information below

1 – 2 hours: 3%
4 – 5 hour: 1,5%
7 – 8 hour: 0,5%
10 – 12 hour: 0,3%
15 – 18 hour: 0,1%

Example:

If using 200gr. of water + 200 gr of flour maturing for about 4 or 5 hours, we have to use 1.5% of yeast, resulting 3gr. of yeast.

$$200 \text{ (gr of flour)} \times 0,015 \text{ (preferment time)} = 3 \text{ (gr of yeast)}$$

If you have dry powder yeast, these doses should be divided by three: 3gr. of fresh yeast equals 1gr. of dry yeast.

Amount of yeast for a poolish done with 200 gr flour + 200 gr water

1 – 2 hour: 5 gr of fresh yeast
4 – 5 hour: 3 gr of fresh yeast
7 – 8 hour: 1 gr of fresh yeast
10 – 12 hour: 0,50 gr of fresh yeast
15 – 18 hour: 0,25 gr of fresh yeast

If you choose a longer maturation but don't have a very precise scale, start with a bigger amount of poolish, you measure the necessary and use the extra in other recipes.

You are looking for a very homogeneous and soft dough, without lumps.
Temperature should be around 20°C, always cover the bowl with a plastic film.
The result is a very bubbling and frothy pre-dough, highly increased in volume.

The amount of flour used in the poolish is always half of the one used in dough: 200gr. of poolish to 400gr. to continue the dough, and of course the additional liquids.

Instructions

In a large bowl dissolve the yeast in water at room temperature (around 25°C) and mix the flour until you have a homogeneous mixture without lumps.
Cover with plastic film and rest for the time you have chosen.

When ready, pour the pre-dough into the mixer bowl and add the rest of the flour, sugar (or honey/malt) and half of the water.

Work with the hook until the dough takes shape.
Dissolve the salt in the remaining water, add olive oil, hydrating slowly the dough.
The result is a homogeneous, elastic and cohesive dough.
Around 8/10 minutes.

Turn it over a clean bowl greased with oil and cover with plastic wrap and leave to rise for about two hours or until doubled.

Once ready, divide in three equal parts and pour into well-oiled pans, gently spread with your fingers until it covers the entire pan.

Cover with plastic film and leave again to rise in a warm place for another hour, hour and half.

Preheat your oven at 225c.

Mix together the water and olive oil until you get an emulsion and with greased fingers, press the focaccia to create some holes.

This will give us a very characteristic non-uniform coloring during cooking.
Sprinkle the emulsion of water and oil over the entire surface, and then spread a dash of salt flakes.

Bake in a hot oven at 225°C static (200°C if ventilated) for about 25 minutes, or until you have a beautiful amber color.

FOCACCIA con poolish

Ingredienti

Per il poolish

150 gr di farina forte per pane

150 gr di acqua

% di lievito di birra (fresco o secco)
in base al tempo dedicato alla fermentazione (vedi dettagli a seguire)

Per la focaccia

300 gr di farina forte per pane

5 gr zucchero/miele/malto

200 gr acqua

10 gr sale marino

25 gr olio extravergine

Per finire

25 gr olio extravergine

25 gr acqua

Sale in fiocchi

Attrezzatura

- 3 teglie rotonde da 22 cm di diametro o una placca da forno 36x36
 - Ciotola e spianatoia
 - Bilancia, bilancia di precisione
- Impastatrice (non fondamentale, si può impastare anche a mano ci vorrà più tempo e parecchio olio di gomito)

Introduzione

POOLISH:

preimpasto necessario per il metodo indiretto. Si parte da un primo impasto fatto solo di farina, acqua e lievito, si lascia maturare e successivamente si aggiunge il resto degli ingredienti.

In questo modo uniamo fermentazione alcolica e lattica, garantendo al prodotto finito gusto e profumo più pronunciati, alveolatura ben sviluppata, digeribilità e durezza.

La farina deve essere una farina di forza (W 300), con alto livello proteico, adatta alla panificazione. Il rapporto tra acqua e farina nella poolish è sempre 1:1

La quantità di lievito varia in base al tempo che si decide di dedicare alla prefermentazione del poolish e alla quantità di farina impiegata nel preimpasto.

1-2 ore:	3%
4-5 ore:	1,5%
7-8 ore:	0,5%
10-12 ore:	0,3%
15-18 ore:	0,1%

Esempio:

Se usiamo 200 gr di farina + 200 gr di acqua, con maturazione di 4-5 ore, dobbiamo usare l'1,5% di lievito pari a 3 gr di lievito.

$200 \text{ (gr di farina)} \times 0,015 \text{ (percentuale relativa al tempo di prefermentazione)} = 3 \text{ (gr di lievito di birra da usare)}$

Se si tratta di lievito secco in polvere o granuli, le quantità vanno divise per tre. (3 gr di lievito di birra fresco = 1 gr lievito secco attivo per panificazione)

Quantità di lievito per un poolish fatto con 200 gr di farina e 200 gr di acqua

1-2 ore:	5 gr di lievito
4-5 ore:	3 gr di lievito
7-8 ore:	1 gr di lievito
10-12 ore:	0,5 gr di lievito
15-18 ore:	0,25 gr di lievito

Il poolish deve essere molto morbido e omogeneo, liscio e senza grumi.

La temperatura ideale per la fermentazione è intorno ai 20 gradi.

Il risultato è un composto con uno spiccato profumo, triplicato in volume e pieno di bolle.

La quantità di farina del poolish deve essere la metà della quantità usata per terminare l'impasto.

(Quindi se nel preimpasto usiamo 200 gr di farina, proseguiremo poi con 400 gr di farina.)

Procedimento

Poolish: In un'ampia ciotola sciogli il lievito con acqua a temperatura ambiente (intorno ai 25 gradi) e unisci la quantità di farina del poolish, mescola fino ad avere un impasto liscio e senza grumi. Copri la ciotola con pellicola e lascia maturare il tempo scelto.
(vedi introduzione nella pagina precedente).

Quando il poolish è pronto versa nella ciotola dell'impastatrice insieme alla farina, zucchero (miele o malto) e metà dell'acqua.

Impasta finchè il composto non prende corpo.
Prosegui versando il resto dell'acqua lentamente, con l'ultima quantità di liquido aggiungi anche il sale e l'olio, lavora fino a incordatura.
La massa deve essere molto elastica, liscia e omogenea.
Ci vorranno circa 10 minuti.

Versa in una ciotola pulita, leggermente unta di olio, copri con pellicola e lascia lievitare a temperatura ambiente fino a raddoppio del volume (2 ore o più).

Una volta pronto, dividi la massa in tre parti uguali e disponi ogni pallina nella teglia da cottura leggermente unta di olio.
Lascia riposare 20 minuti e allarga l'impasto delicatamente in modo che copra la superficie della teglia.

Copri le teglie con pellicola e fai lievitare nuovamente, un'ora/un'ora e mezza.

Preriscalda il forno a 225 gradi (200 gradi se ventilato).
Cuoci per 20/25 minuti fino a colorazione.