



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE000829

Registrata in data 03 Nov 2016 alle ore 13:00

da GAETANO GIGLIO

Lunedì

Dite la verità, il lunedì è un giorno "brutto", per molti si torna a lavorare ed è difficile svegliarsi. Però c'è quella cosa che rinvia ogni cosa al giorno dopo, dai brutti pensieri alla dieta, ed una di quelle cose sono i friarielli e le polpette al sugo del giorno prima che irrimediabilmente finiranno nei panini dei tanti lavoratori napoletani per dare carica e continuare al meglio questa giornata. E se il lunedì iniziasse senza friarielli e polpette al sugo?? Tranquilli ci pensa il vostro Gaetano!

Tempo di preparazione: 1 minuti

Ingredienti per 1 persone

Per 280 g di panetto pizza

170 g farina

110 ml acqua

5,5 g sale

0,20 g lievito di birra

Per la farcitura

friarielli

provola

polpette al sugo di pomodoro

parmigiano

olio evo

Preparazione

Calcolare le varie temperature per il coefficiente e mettere nella planetaria la farina ed il lievito, attivare la macchina per ossigenare la farina e per cominciare con la riproduzione dei lieviti, giusto 1 minuto e si inizia con il versare circa l' 80% dell' acqua fino a quando l' impastatrice non raccoglie il tutto, procedere con la restante acqua con un versamento lento e controllato per far sì che l' impasto inizi ad incordarsi e ad accettare tutta l' acqua, quando l' impasto è quasi chiuso, aggiungere il sale facendolo raccogliere interamente magari con l' ausilio di poca acqua rimasta dalla precedente operazione. Attivare la seconda velocità per 1,2 minuti e fermare l' impastatrice non appena abbiate raggiunto la temperatura precedentemente calcolata in fase di iniziazione dell'impasto. In base al tipo di idea di risultato, e scuole di pensiero, potete tenere l' impasto a riposare e maturare in madia a temperatura controllata o già formando i panetti. L' importante sarà rispettare la scheda tecnica della propria farina per far sì che l' impasto possa raggiungere la maturazione necessaria per rendere il prodotto digeribile e leggero. Stendere il panetto della pizza e condirlo con i friarielli e la provola. All' uscita completare con le polpette al sugo, parmigiano e olio evo.