



**MySocialRecipe**

Questa ricetta è mia!



**Ricetta N. RE002541 - Ricetta d'Autore**

**Registrata in data 07 Ago 2018 alle ore 14:56**

**da PAOLO DE SIMONE**

Livello di difficoltà: Medio

Piatto tipico della stagione: Primavera, Estate

Come ti senti gustando la tua ricetta? Leggero

## Marinara Cilentana

Una pizza ispirata ai principi della Dieta Mediterranea, ricca di omega 3. L'impasto è particolarmente leggero, ed accoglie il sapore succoso delle "pacchetelle" e quello intenso delle alici di Menaica in un equilibrio arricchito da olive, capperi e origano. È una pizza che racconta con semplicità una terra millenaria, dove ancora oggi si tramanda la pesca degli antichi Greci con la rete di "menaica".

Tempo di preparazione: 50 minuti

### Ingredienti per 4 persone

impasto

350 g farina tipo 1

350 g farina tipo 0

500 g di acqua

20 g di sale

1 g di lievito di birra

Farcitura

200 g di Alici di Menaica (presidio Slow Food)

250 g di pomodoro pacchetelle

aglio

capperi

olive nere

basilico

### Prodotti utilizzati

Alici di Menaica del laboratorio di Donatella Marino (Pisciotta) e Pomodoro Pacchetelle di Maida

### Preparazione

Predisporre gli ingredienti per l'impasto sul piano di lavoro. Incorporare l'acqua alla farina, poi il lievito e il sale. Lavorare il composto fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo. Lasciare lievitare per 24 ore alla temperatura di 20°/22°.

Passato il tempo, riprendere l'impasto e dividerlo in panetti da circa 250 g ciascuno, riporli e lasciare lievitare ad una temperatura 20° ancora per 8 ore. Completato il periodo di lievitazione, disporre i panetti sul piano di lavoro, stenderli per ottenere il disco della pizza e farcire con gli ingredienti in elenco (tranne le alici da aggiungere in uscita) Infrornare per 1 minuto nel forno a legna ad una temperatura di 350°.

### Vino consigliato

Calpazio della cantina San Salvatore - Greco di Tufo