Pão Italiano Com Ciabatta

234

Ingredientes

Esponja

45g	Fermento Biológico Fresco
1.1L	Água
2kg	Ciabatta Ciabatta

Reforço

150ml	Água
400g	Ciabatta Ciabatta

Modo de Fazer

ESPONJA
01. Colocar o Ciabatta e parte da água (1 L) na masseira, misturando em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 3 minutos.
02. Adicionar o fermento fresco e o restante da água (100 ml) aos poucos.
03. Misturar em velocidade baixa (velocidade 1) até formar uma massa homogênea.
04. Fermentar por aproximadamente 1 hora.

REFORÇO
01. Adicionar os ingredientes do refoço à esponja.
02. Misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 8 minutos ou até o início do ponto de véu. Cuidado para não atingir totalmente o ponto de véu. .
03. Dividir em partes de 500 g. Bolear.
05. Descansar por 20 minutos.
06. Bolear novamente e passar na farinha de trigo.
07. Fermentar em armário de fermentação a temperatura ambiente por aproximadamente 1:30 h. Cuidado para não atingir o ponto máximo de crescimento.
08. Dar o fio.
09. Fornear a 200°C por aproximadamente 30 minutos em forno lastro com vapor.

Dicas

- Forneamento
* Forno Turbo: aquecer a 210ºC, dar o vapor e desligar o forno por 10 minutos. Em seguida ligar o forno novamente, fornear a 170ºC por aproximadamente 40 minutos.

Rendimento / Quebra

7 Unidades de 430 g

Validade

48 horas

Equipamentos

- Masseira
- Forno Com Vapor
- Balança

Tabela Nutricional

Porção de 50g contém (em média):		% VD (*)
V. Energético (kcal)	131	7
V. Energético (kJ)	567 kJ	7
Carboidratos (g)	28	9
Proteínas (g)	3.8	8
Fibra Alimentar (g)	0.8	3
Sódio (mg)	331	14
Açúcares (g)	0.9 g	**
Açúcares totais (g)	0.8	
Aç adicionados (g)	0.0	0
Gorduras totais (g)	0.6	1
Gorduras saturadas (g)	0.2	1
Gorduras trans (g)	0	0