

Pão Ciabatta Com Ciabatta Concentrada 10 (Receita Principal)

1099

Ingredientes

Preparo

5kg	Farinha De Trigo
150g	Fermento Biológico Fresco
100g	Sal
4.5L	Água Gelada
1kg	Ciabatta Conc 10 Ciabatta Conc 10



Modo de Fazer

01. Colocar a Ciabatta Concentrada 10, a farinha de trigo, o sal e parte da água gelada (3,5 L) na masseira.
02. Misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 2 minutos.
03. Adicionar o fermento fresco e o restante da água gelada (1 L) aos poucos e bater em velocidade alta (velocidade 2) por aproximadamente 8 minutos ou até atingir o ponto de véu.
04. Colocar a massa em caixas plásticas previamente untadas com óleo.
05. Polvilhar a superfície da massa com farinha de trigo.
06. Cobrir com plástico.
07. Fermentar em armário de fermentação a temperatura ambiente aproximadamente 1 hora ou até o ponto.
08. Colocar a massa sobre a mesa previamente polvilhada com farinha e esticar com as mãos até obter uma espessura de aproximadamente 3 cm.
09. Cortar em retângulos (20 x 8 cm) e esticar a massa com as mãos.
10. Colocar em assadeiras previamente untadas.
11. Fornear a 220°C por aproximadamente 25 minutos em forno lastro com vapor.

Dicas

- Outro Forneamento

* Forno Turbo: aquecer a 210°C e colocar a Ciabatta. Dar um pouco de vapor e reduzir a temperatura para 185°C por 15 minutos. Deixar por mais 10 minutos a 170°C para secar.

- É possível congelar a massa do pão crua por 30 dias. Pode ser necessário aumentar a dosagem do fermento e reduzir a dosagem de água. Recomenda-se o uso de equipamentos adequados tais como ultra congelador e câmara de fermentação.

Rendimento / Quebra

48 Unidades de 150 g

Validade

5 horas

Equipamentos

Masseira

Forno Com Vapor

Espátula

Balança

Assadeiras Lisas

Faca

Caixa Plástica

Tabela Nutricional

Porção de 50g contém (em média):	% VD (*)	
V. Energético (kcal)	134	7
V. Energético (kJ)	560 kJ	7
Carboidratos (g)	27	9
Proteínas (g)	4.4	9
Gord. Monoinsat (g)	0.1 g	0
Gord. Poliinsat (g)	0.2 g	0
Colesterol (mg)	0	0
Fibra Alimentar (g)	0.9	4
Sódio (mg)	327	14
Açúcares (g)	0.1 g	**
Açúcares totais (g)	0.1	
Aç adicionados (g)	0.0	0
Gord. monoinsatu (g)	0.1	0
Gord. poli-insat (g)	0.2	1
Gord. monoinsaturadas (g)	0.1	0
Gord. poliinsaturadas (g)	0.2	1
Gorduras monoinsaturadas (g)	0.1	1
Gorduras poliinsaturadas (g)	0.2	1
Gorduras totais (g)	0.7	1
Gorduras saturadas (g)	0.1	1
Gorduras trans (g)	0	0