

PAN CHAPATA O CIABATTA

1. INGREDIENTES:

320 ml de agua a 35 °C

una cucharadita de sal (8 gr sal)

60 ml de aceite oliva

400 G de harina de Panaderia

y un sobre de levadura seca (eso equivale a 5.5 gramos de levadura instantanea)

(yo le agrego 80 gr de queso rayado o en escamas tipo Parmessano y un poquito de pimienta)

2. Mezclar bien los ingredientes dentro de un bowl. Es una masa que es muy pegajosa y muy húmeda, hay que dejarla crecer cuatro veces 30 minutos cada vez. En cada pausa hay que estirla un poco y doblarla SIN ROMPERLA (debe hacerse con las manos mojadas para que no se pegue), sin desinflarla, ni tocarla mucho. Se estira, se dobla, se le da vuelta al bowl 90° y se estira y se dobla, esto se hace cuatro veces, según este detalle:

TIEMPOS

Masa lista dentro del bowl

30 " descanso

Doblar 4 veces dentro del bowl

30" Descanso

Doblar 4 veces dentro del bowl

30 " descanso

Doblar 4 veces dentro del bowl

30 " descanso



3.) Se prepara la mesa con harina (bastante) y se saca del bowl volteandolo. Trate de no tocarlo, para que la masa sola caiga en la mesa. No desinfla la masa, sencillamente estírela y enróllela dándole unos pellizcos en los extremos hasta hacer un rollito que después vamos a dejar en forma de rectángulo y lo dividiremos en 3 rectángulos o las piezas que queramos.

4.) Esos rectángulos se pasan a un molde de papel encerado, y se cubren finalmente con papel transparente por 30 minutos.

5.) Espolvorear de nuevo con harina

6.) precaliente el horno a 220° y hornee por 20-25". Al finalizar, puede darles vuelta y hornearlos por debajo otros 10 minutos.

video de referencia:

<https://www.youtube.com/watch?v=eJhZ8droCt8>

