

## Lievito madre *(Pizze, focacce, frittate)*



### Preparazione

Il lievito madre nasce da una fermentazione spontanea di acqua e farina lasciata libera in ambiente che si nutre dei microorganismi presenti nell'aria e nella farina per poi fare dei rinfreschi. A questo punto mi preparo l'acqua tiepida con lo zucchero e mescolo fino a quando lo zucchero si scioglie. Poi prendo il lievito, tolgo la "buccia" più dura che si è creata esternamente, ed allo stesso modo tolgo la parte di sotto, che somiglia ad una melma e non è buona. Immergo quindi nell'acqua i pezzi di lievito. Lo lascio per venti minuti circa fino a quando tutti i lieviti non saranno veicolati all'esterno. Poi strizziamo il lievito, aggiungiamo a 250 gr di esso la farina e poi nuova acqua. Lavoro bene il tutto per ottenere un impasto omogeneo, portando sempre la pasta verso l'interno. Facciamo una croce sopra la pasta che ci consentirà di vedere come lavora il lievito. Mettiamo un canovaccio in un contenitore, collochiamoci il lievito e chiudiamo. Attendiamo tre ore ed il lievito sarà pronto.

### Consigli

Per poter utilizzare il vostro lievito madre nella preparazione della vostra pizza, non dovrete assolutamente sottovalutare l'importanza dei rinfreschi: a cadenze regolari, infatti, dovrete rinforzare il vostro lievito, altrimenti deperirà.

### Curiosità

Sapete qual è la condizione ideale per la conservazione del vostro lievito madre? All'interno di un ambiente con temperatura costante compresa tra gli 8 e i 10 gradi.

### Informazioni

**Preparazione** 180 minuti

**Dosi per** 8 persone

**Difficoltà** Difficile

## la terra di Puglia



**ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP**

Autentici prodotti di Puglia solo su  
[shop.laterradipuglia.it](http://shop.laterradipuglia.it)

**Sconto del 10%**

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

### Ingredienti

**Lievito** 250 grammi (madre)

**Farina** 200 grammi (tiepida)

**Acqua** 125 millilitri

**Zucchero** (due grammi di zucchero per litro di acqua)