

FOUGASSE

CON CIPOLLA DI TROPEA, PANCETTA E GRUVIERA

RICETTA

1° Fase

Inizia facendo il fermento.

Metti la farina di segale in una terrina, inserisci il lievito, versa la birra, ed amalgama bene, quindi copri la ciotola con un canovaccio pulito.

Lasciar riposare per circa 2 ore.

2° Fase

Scaldare un po' di olio d'oliva extravergine in una padella fai saltare la cipolla affettata finemente con i cubetti di pancetta fino a quando non saranno leggermente dorati .

Scola su carta da cucina e tieni da parte.

3° Fase

Taglia a dadini anche il formaggio.

4° Fase

Ora riprendi il prefermento e versalo nella planetaria insieme alla farina, al lievito e all'acqua. Aziona la planetaria a bassa velocità e, quando l'impasto ha preso un po' di corda, aggiungi il sale. Adesso aumentate la velocità della planetaria finché l'impasto non si stacca dalle pareti.

5° Fase

Togli l'impasto dalla planetaria e mettilo su un piano di lavoro leggermente infarinato dai qualche piega e poi forma una palla.

6° Fase

Fai lievitare l'impasto fino al raddoppio in un contenitore leggermente oliato.

7° Fase

Dopo il raddoppio riprendi l'impasto e stendilo con le mani formando un rettangolo grande quanto un foglio A3

8° Fase

Spargi sull'intero impasto la pancetta, cipolla e groviera

9° Fase

Piega uno dei lati lunghi al centro e poi piega l'altro lato sopra creando un pacco.

10° Fase

Taglia l'impasto in due parti e con un piccolo raschietto fai una serie di tagli in diagonale. Allarga i fori con le dita.

11° Fase

Metti un po' di gruviera grattugiato sopra ed inforna in un forno preriscaldato a 230° per circa 20 minuti.

Poco prima di chiudere la porta, nebulizzare l'interno del forno usando lo spruzzino.



Ingredienti

Prefermento:

50 g di farina di segale
5 g di lievito birra fresco
200 g di birra

Impasto:

150 g Acqua (in estate acqua fredda)
450 g Farina (w 300)
10 g Sale
3 gr Lievito di birra

Farcitura

1 cipolla rossa di Tropea
q.b. Olio extravergine di oliva
125 g Cubetti di Pancetta
110 g Groviera