

# Focaccia semintegrale di kamut ad alta idratazione. 110...e la lode?



*Premessa n° 1* – se qualcuno mi avesse assicurato che era possibile impastare insieme più acqua che farina sulle prime avrei pensato che era fuori di testa! Come può una farina assorbire più acqua del suo peso?!?!?!?

*Premessa n° 2* – se qualcuno mi avesse detto che da questo impasto “impossibile” ne sarebbe uscita una focaccia non solo commestibile, ma anche straordinariamente soffice e buona, non ne sarei stata per nulla convinta. Siamo sicuri che con tutta quell’acqua non ne sarebbe risultata invece una massa umida e appiccaticcia?!?!?!?

*Premessa n° 3* – dalla pulce nell’orecchio al ruolo di “S.Tommaso-se non vedo non credo” il passo è stato breve. Le pulci saranno pure piccole e invisibili ma quando ci si mettono non mollano la presa fino a che non l’hanno vinta.

E più tu dici “NO NO NO” più quella vocina ripete insistente “eh sì eh sì eh sìiiiiiiiiiiiiiiii”...fino a che...

*Conclusione* – una farina di qualità, una buona dose di incoscienza, due braccia forti e fidate, quelle del Ken (la talpa più che le braccia mette a disposizione due mascelle trituranti!!!) e passare dal 90 al 100 e infine al 110 è stato quasi un gioco.

Una mollica così soffice da far concorrenza al miglior croissant francese, racchiusa da una croccante crosticina che rende il bis una conseguenza sopraffina; il gioco è stato bello, il risultato sorprendente, quel che ora vedo dura è abbandonar quest'avventura.

Il 110 io l'ho messo ma la lode lo confesso, tutta lui l'ha meritata con la sua mano indaffarata.

Curiosi di scoprire cos'ha combinato il fido Ken?

### **FOCACCIA SEMINTEGRALE DI KAMUT AD ALTA IDRATAZIONE**

Tempo di preparazione	30 minuti
Tempo di cottura	20 minuti
Tempo passivo	3 ore
Porzioni	4 persone

#### **Ingredienti per 4 persone**

- 375 gr di farina Manitoba (al 15-15,5% di proteine)
- 125 gr di farina di kamut integrale
- 60 gr di acqua naturale
- 490 gr di acqua frizzante
- 8 gr di lievito di birra fresco
- 1 cucchiaino di malto (o di zucchero di canna)
- 8 gr di sale
- rosmarino e alloro secchi in polvere (facoltativo)
- scorza o polvere d'arancia (facoltativo)
- emulsione acqua-olio evo e sale per la superficie

#### **Procedimento**

1. Sciogliere il lievito nell'acqua naturale (60 gr) insieme al malto e lasciar riposare una decina di minuti.
2. Setacciare insieme le farine (aggiungere eventualmente anche la polvere d'arancia e un paio di cucchiaini di erbe aromatiche), metterne circa la metà (250 gr) nella ciotola dell'impastatrice e tenere da parte il resto.
3. Versare al centro l'acqua con il lievito, aggiungere l'acqua frizzante e

cominciare ad impastare con il gancio a foglia.

4. Unire piano piano il resto delle farine un cucchiaino alla volta, facendo assorbire bene dopo ogni aggiunta.

5. Incorporata tutta la farina, aggiungere il sale e continuare a lavorare a velocità 2 fino a che l'impasto prende corda, ribaltandolo nella ciotola un paio di volte.

6. Quando il tutto è incordato, montare il gancio e continuare a lavorare fino a che la pasta risulta lucida, liscia e ben legata.

7. Coprire con pellicola e lasciar lievitare fino a che triplica di volume (circa un paio d'ore).

8. Rovesciare la pasta sulla spianatoia cosparsa abbondantemente di semola, spezzarla in due e dare due giri di pieghe tipo 1 con l'aiuto di una spatola; coprire e lasciar riposare una ventina di minuti.

9. Trasferire la pasta in due teglie foderate di carta forno con le mani unte di olio, stenderla delicatamente, cercando di non schiacciare le bolle.

10. Nel frattempo portare il forno alla max temperatura.

11. Spennellare delicatamente la superficie con un'emulsione acqua-olio, cospargere con un pizzico di sale (io ho usato del fleur de sal) e le erbe aromatiche e infornare per 13-14 minuti ultima tacca in basso.

12. Spostare quindi alla seconda tacca dall'alto e cuocere per altri 5-7 minuti fino a doratura.



Buona focaccia e buona settimana a tutti. Alla prossima ^\_^