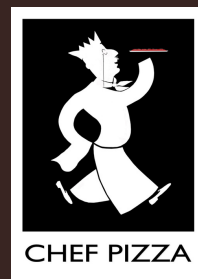




# LA PIZZA A LA MAISON

avec



## INGRÉDIENTS

- 1000 g farine 00 ou spéciale pizza
- 560g d'eau froide
- 2g de levure fraîche
- 25g d'huile d'olive
  
- 25g de sel

Dans 1 gr de levure fraîche, il y a 10 milliards de cellules!  
1 gr de levure sèche = 2.5 à 3 gr de levure fraîche

**L'abaissement du pignon à la main et sans rouleau est essentiel, ceci afin d'obtenir des bords bien levés et une pizza à la pâte croustillante et moelleuse.**

**Le choix des ingrédients aussi contribue à la qualité de notre pizza : une bonne mozzarella, de la pulpe de tomate bien assaisonnée, et enfin l'utilisation d'ingrédients de qualité et frais, que l'on pourra cuisiner.**

**Il est aussi important d'équilibrer les saveurs et les quantités !**

L'utilisation d'un four à pizza est fortement conseillé, car la pâte doit être saisie sans surcuire les autres ingrédients, l'idéal étant le four à bois !  
Température de 330°C environs .



## PRÉPARATION

*L'empatement réalisé ici est dit direct, nous allons mélanger les ingrédients en une seule phase. Procurez vous une farine adaptée à la pizza (farine italienne 00 ou spéciale pizza , par ex: Mon fournil pizza, Francine pizza.....).*

*L'eau froide est importante surtout en été , comme pour le pain la température finale de la pâte doit se situer aux alentours des 25°C.*

**1. Dissoudre la levure dans l'eau , et mélanger avec la farine :c'est le frasage.**

**2.Lorsque la farine a absorbé l'eau, on passe au pétrissage : on pétrit ....ajouter l'huile d'olive , pétrissez encore.....**

**3.L'huile est absorbée, ajoutez le sel et pétrissez encore jusqu'au point de pâte....**

**4. A la main: laissez se détendre la pâte et reformer votre boule afin de lisser la pâte...**

### 1ère option:

#### **fermentation en température contrôlée**

Laisser reposer votre pâte environ 30mn sous un torchon propre et humide, ou du film alimentaire pour le pointage.

ensuite vous pouvez diviser , peser et façonner vos pâtons (250 g-280g).

Bloquer au froid minimum 24h , idéalement 48h ,ou plusieurs jours ! \*

### 2ème option:

#### **fermentation en température ambiante**

Laisser reposer votre pâte entre 6 et une douzaine d'heures en température ambiante ,puis façonner vos pâtons \*, laisser les reposer minimum 5 heures avant la mise au four.

**\* Tout cela dépend de la farine utilisée finalement et entre autre de sa force boulangère (le W).**