

JIM LAHEY CON RICK FLASTE

pane senza impasto

UN METODO SEMPLICE E RIVOLUZIONARIO

Guido Tommasi Editore



Sommario

Ringraziamenti	13
Introduzione	15
CAPITOLO 1: Come nasce un panettiere	19
Usare le mani: la prima pagnotta	20
Italia: l'arte del pane	22
San Gimignano: pane dalla terra	23
BOX: La cottura nel forno di mattoni a San Gimignano	24
Brooklyn: fare il pane per guadagnarci, qualche volta	25
Manhattan: il lavoro vero	26
Roma: la vita del panettiere	28
Genzano: l'estetica del pane	29
Sullivan Street: una panetteria italiana a New York	31
Meno è meglio: pane senza impasto	33
CAPITOLO 2: Il metodo Lahey per il pane in pentola senza impasto	37
IL MIRACOLO: COME AVVIENE	39
Farina, acqua e tempo	39
Lievito e sale	40
Calore	41
Un forno nel forno: la pentola	42
BOX: Cantare	47
Soppesare la scelta	48
Una nota sulla farina	48
Conservare il pane	49
RICETTA DI BASE DEL PANE SENZA IMPASTO	50

CAPITOLO 3: Le specialità della casa	57
Pane integrale	61
Pane di segale	63
Pan co' Santi • Pane con noci	66
Pane alle olive	69
Pane con formaggio	71
Pane con pancetta	73
VARIANTE: PANINI CON PANCETTA	74
Stecca • Bastone o minibaguette	77
VARIANTE: STECCA AL POMODORO, ALLE OLIVE O ALL'AGLIO	78
Stirato	79
Ciabatta	81
Pane al cocco e cioccolato	85
Panini nelle foglie di banano	87
Pane di Jones Beach	90
VARIANTE: PANE DELL'OCEANO CON NORI	91
OLTRE L'ACQUA (BIRRA, SUCCHI E ALTRO)	92
Pane scuro irlandese di Jim	93
VARIANTE: PANE SCURO IRLANDESE CON UVETTA	94
Pane alle carote	97
Pane alle mele	99
Pane alle arachidi	101
Pane al burro d'arachidi e gelatina	105
Pane con mandorle e albicocche	108
Pane con mais fresco	110
Pane con uvetta e finocchio	112

CAPITOLO 4: Pizze e focacce	115
Impasto di base per pizza	117
Pizza al pomodoro	120
VARIANTE: PIZZA ALL'AMATRICIANA	121
BOX: Tagliare la pizza	122
BOX: La fetta sottile	122
Pizza ai funghi	126
Pizza al cavolfiore	128
Pizza con patate	129
VARIANTE: PIZZA CON PATATE DOLCI	130
Pizza alle zucchine	132
Pizza al sedanorapa	133
Pizza alle cipolle	134
Pizza bianca	137
VARIANTE: SCHIACCIATA D'UVA	139
Pizza al finocchio	140
Focaccia	141
Focaccia dolce	144
CAPITOLO 5: L'arte del panino	147
INGREDIENTI PER PANINI FATTI IN CASA	150
Roastbeef al rosmarino	150
Arrosti di maiale al limone	152
BOX: Come legare l'arrosto	154
Aioli di Jim	156
Cetriolini sottaceto fatti in casa	157
Senape piccante fatta in casa	158
Carciofi confit	159
Melanzane marinate	160
Barbabietole marinate	162

Pomodori secchi marinati	164
Peperoni rossi arrostiti	165
Crema di melanzane piccante	166
Condimento al limone	167
Bagna cauda con cipollotti	168
VARIANTE: BAGNA CAUDA CON AGLIO ORSINO	169
Frittata di patate	170
I PANINI	172
Panino con manzo	173
Panino cubano	174
Panino con carciofi e prosciutto cotto	176
Panino con Caprese	177
Panino con melanzane	178
Panino con mozzarella	179
Panino con bresaola	180
Panino con barbabietola	181
Panino “PMB” (Pancetta, Mango e Basilico)	182
Il “Rampwich” (Cipollotto e Bagna Cauda)	184
Lo “Speckeroni” (Speck e Pecorino)	185
Panino con frittata	186
CAPITOLO 6: Pane raffermo	189
Panzanella	192
Pappa al pomodoro	194
Gazpacho	196



Ringraziamenti

Questo è il mio primo libro, e ho avuto bisogno di tante persone di talento che mi guidassero dal principio alla fine. A loro esprimo la mia enorme gratitudine.

Maria Guarnaschelli, la mia editor alla W. W. Norton, è stata la mia guida durante tutto il progetto. Janis Donnaud, il nostro agente, mi ha fatto incontrare Rick Flaste che ha collaborato alla stesura dei testi e che ora è mio amico. Mark Bittman, con la sua rubrica *Minimalist* sul *New York Times*, è stato il primo a raccontare nero su bianco la mia nuova tecnica per impastare e l'ha resa nota un po' ovunque.

Un grazie immenso a Lillian Chou, ex redattrice gastronomica di *Gourmet* che ha testato instancabilmente le ricette, con l'assistenza di Shelley Wiseman.

Tra i membri del mio staff, passato e presente, le cui abilità organizzative mi hanno permesso di sopravvivere alle giornate frenetiche dedicate alla creazione delle ricette, mentre gestivo una panetteria e stavo aprendo un ristorante, ci sono Colleen Duffy, Anatte Litvak e Jada Gorrell. Altre due assistenti, oltre a essersi dimostrate preziosissime in ufficio, hanno fornito un valido aiuto anche nella creazione delle ricette: Amanda McDougal e Fayth Preyer. Hanno prestato i loro talenti culinari al progetto anche Lauren Furman e Jeff Gossett. Zoe Singer, Jaimee Young e Ana Deboo sono intervenute in momenti cruciali con le loro rodate abilità editoriali.

Tra le persone che mi sono state accanto mentre intraprendevo la mia carriera di panettiere ci sono Joe Allen, che mi ha finanziato in molte occasioni, soprattutto per la *Sullivan Street Bakery*, e la mia ex socia Monica Von Thun Calderon.

Alla Norton, insieme a Maria Guarnaschelli, c'era un gruppo di lavoro impressionante: Bill Rusin, direttore vendite; Louise Brockett, direttrice della pubblicità; Susan Sanfrey, capoprogetto; Nancy Palmquist, caporedattrice; Ingsu Liu, art director; Andrew Marasia, responsabile di produzione; Adrian Kitzinger, impaginatore; Sue Carlson, digital production manager; e l'indispensabile Melanie Tortoroli, assistente editoriale.

La bellezza visiva del libro è dovuta in gran parte al lavoro del meraviglioso fotografo, Squire Fox, e del suo assistente, David Sullivan. Il team fotografico era poi composto da Nan Whitney, prop stylist; Kevin Crafts, food stylist; Tricia Joyce, agente fotografico; Jann Johnson, il producer che ha aiutato a coordinare i lavori.

Fondamentale per l'aspetto accattivante di questo libro è stato anche Jan Derevjanik, il grafico.

Anche se sono stati coinvolti in modo più indiretto, voglio esprimere un grazie di cuore ad alcuni grandi amici che mi hanno dato alloggio mentre vivevo e lavoravo in Italia e anche quando ci sono tornato per rinfrescarmi la memoria per questo libro: Alessandra L'Abate, Renato Baldisserotto, Giovanni e Johanna L'Abate e Michael Coleman.

E voglio estendere la mia gratitudine a tutti gli italiani e a tutti i panettieri incontrati in Italia, che con il loro calore e la passione per il pane fatto a regola d'arte sono stati una grande fonte di ispirazione.

Introduzione

Anche se non l'avrei potuto prevedere, sono felice e lusingato — quasi travolto, a dire il vero — per l'attenzione apparentemente inesauribile ricevuta in tutto il mondo dalla mia tecnica per fare il pane in pentola senza impasto, da quando la ricetta è stata pubblicata sul *New York Times* nel novembre 2006. L'articolo, scritto da Mark Bittman, ha avuto un impatto immediato: un fiume di traffico Internet che ha portato panettieri casalinghi in ogni angolo del mondo a provare la ricetta, e a riferire di grandi successi. Attraverso la televisione, la carta stampata e i blog il metodo Lahey ha iniziato a vivere di vita propria.

Era proprio quello che avevo sempre voluto. Volevo fare tutto ciò che era in mio potere perché il pane fosse più importante e le persone si innamorassero del pane come era successo a me quando avevo iniziato a farlo vent'anni prima. L'oggetto della mia passione, fin dai primi tempi, è sempre stato il pane rustico, dal sapore intenso, della campagna italiana.

Lo ammetto, sono “posseduto”: posseduto e guidato dalla convinzione che il pane, soprattutto quello prodotto in modo industriale che si trova quasi ovunque, non goda più del rispetto di un tempo. E, sfortunatamente, gran parte del pane di qualità nel nostro Paese si trova solo in panetterie di lusso, spesso troppo lontane da casa e troppo costose. Mi sembra anche che tanti pani cosiddetti artigianali in realtà siano il risultato di scorciatoie e compromessi. In America non abbiamo una forte cultura del pane. Troppe persone non sanno che sapore dovrebbe avere, e troppo poche hanno provato a prepararlo. Per la maggior parte della gente il modo migliore per gustare il pane come dovrebbe essere è farselo da soli.

Il buon pane dovrebbe essere un capolavoro di contrasti, croccante quando si morde la crosta scura, profumata di malto, e poi dare un profondo appagamento quando si raggiunge la mollica spessa e soffice, con il suo inconfondibile sapore di grano, leggermente acidulo. Ed è proprio questo il pane che produrrete in casa con il mio metodo. Si prepara solo con farina, acqua, sale e una piccola quantità di lievito, e richiede pochissima fatica e attrezzatura. La ricetta è tanto semplice e indulgente da essere praticamente infallibile.

Il libro inizia con la mia storia (*Come nasce un panettiere*), che spero troverete istruttiva e piacevole. Nel capitolo 2 si passa alla tecnica, che ho elaborato dopo anni di sperimentazioni. La tecnica, semplicissima, è questa: si mescola un poco l'impasto e lo si

lascia lievitare molto lentamente, da 12 a 18 ore (senza impastare in modo vigoroso), poi lo si inforna in una pentola riscaldata che funge da forno all'interno del forno. In questo capitolo spiego anche la chimica e altri dettagli del miracolo che trasforma una massa appiccicosa in una bontà strepitosa.

Nel capitolo seguente propongo varianti della mia ricetta, tutte con un loro fascino particolare, da un pane disseminato di olive allo stirato, la versione italiana della baguette. C'è anche da divertirsi, qui, con numerosi pani insoliti, come quelli in cui uso il succo di frutta o verdura come liquido al posto dell'acqua. Incoraggio sempre il lettore a sperimentare, a trovare le sue varianti. C'è anche un capitolo sul parente più stretto del pane, la pizza, e uno sui panini imbottiti, che penso vi sorprenderanno quando capirete quanta cura si può impiegare nell'abbinare gli ingredienti con un ottimo pane. E poiché spero che farete sempre più pane (e perciò avrete un mucchio di avanzi), nel capitolo finale ho inserito anche alcune ricette che spiegano come rivitalizzare il pane raffermo in piatti esaltanti. Insomma, le possibilità per la soddisfazione gustativa e personale sono infinite.





Pane alle olive.

Pane alle olive

Quando aprii la *Sullivan Street Bakery*, con in mente il pane di Roma, questo pane alle olive leggermente piccante diventò subito il mio prodotto di punta. Siccome in cottura le olive rilasciano la salamoia, in questa ricetta non si usa il sale.

PER: Una pagnotta da 25 cm di diametro; 500 g

ATTREZZATURA: Una pentola pesante da 26-28 cm di diametro

INGREDIENTI	VOLUME	PESO
farina di tipo 0	3 tazze	400 grammi
olive denocciolate tritate grossolanamente (vedi Nota)	1 tazza e ½ circa	200 grammi
lievito secco attivo	¾ di cucchiaino	3 grammi
acqua fredda (13-18°C)	1 tazza e ⅓	350 grammi
crusca, farina di mais o farina di tipo 0 per spolverare		

1. Mescolate la farina, le olive e il lievito in una ciotola di dimensioni medie. Aggiungete l'acqua e mescolate con la mano o con un cucchiaino di legno per 30 secondi circa fino a ottenere un impasto umido e appiccicoso. Coprite la ciotola e lasciate riposare a temperatura ambiente per 12-18 ore finché la superficie è punteggiata di bollicine e l'impasto è più che raddoppiato di volume.
2. Quando la prima lievitazione è completa, cospargete il piano di lavoro con abbondante farina. Rovesciate l'impasto sul piano, aiutandovi con un raschiapasta o una spatola. Usate le mani leggermente infarinate o il raschiapasta o la spatola per sollevare la parte esterna dell'impasto e ripiegarla verso il centro. Modellatelo per ottenere una forma tonda.
3. Mettete un canovaccio sul piano di lavoro e spolveratelo con abbondante crusca, farina di mais o farina di tipo 0. Trasferite l'impasto sul canovaccio in modo che la parte piegata

LA RICETTA CONTINUA ALLA PAGINA SEGUENTE

Barbabietole marinate

Le barbabietole marinate sono un ingrediente agrodolce del quale ci si può innamorare anche quando sono sole; abbinare ad altri ingredienti in un panino, però, sono davvero da urlo. La cosa più importante in questa ricetta è ottenere la consistenza giusta: le barbabietole non devono essere tanto molli da disfarsi, ma si devono tagliare facilmente con un coltello, senza opporre resistenza.

PER: 400 grammi circa

ATTREZZATURA: Una tortiera da 20 cm di diametro

INGREDIENTI	VOLUME	PESO
barbabietole medie pulite e mondate	2 mazzi circa	800 grammi
aceto di vino rosso	6 cucchiari	85 grammi
sale	1 cucchiaino e ½ o a piacere	12 grammi o a piacere
cipolla rossa affettata finemente	1 tazza circa	100 grammi circa

1. Riscaldare il forno a 260°C.
2. Tagliate via le punte delle barbabietole. Mettete le barbabietole in una tortiera da 20 cm di diametro con la parte del gambo che spunta. Versate nella tortiera acqua sufficiente a coprire a metà le barbabietole e cuocetele finché si tagliano facilmente con il coltello, per 1 ora-1 ora e ¼. Lasciatele raffreddare a temperatura ambiente.
3. Mescolate l'aceto e il sale in una ciotola di dimensioni medie e immergeteci le fette di cipolla. Mettete da parte.
4. Quando le barbabietole sono fredde, strofinatele per togliere la pelle, poi tagliatele a fette di 0,5 cm di spessore, aggiungetele alla marinata e mescolate bene. Coprite e lasciate marinare a temperatura ambiente per almeno 4 ore, o in frigo per almeno 12 ore.

5. Assaggiate le barbabietole e, se necessario, aggiungete sale e/o aceto. Si conservano in frigorifero per 5 giorni al massimo.

Per il Panino con barbabietola, pag. 181.



Panino con manzo (pag. 173).



Indice

Nota: I numeri di pagina in *corsivo* si riferiscono alle immagini; quelli in **grassetto** alle ricette.

A

acciughe

Bagna cauda con cipollotti, **168-69**

Bruschetta con peperone rosso arrostito,
202, 203

Condimento al limone, **167**

acqua, 92

acqua di mare, 90

acqua di mare

Pane dell'oceano con nori, **91**

Pane di Jones Beach, **90-91**

aglio

Stecca al pomodoro, alle olive o all'aglio,
78

Aioli di Jim, **156, 173, 174, 186**

albicocche

Focaccia dolce, **144-45**

Pane con mandorle e albicocche, **108-9**

albicocche disidratate

Pane con mandorle e albicocche, **108-9**

albicocche, marmellata

Focaccia dolce, **144-45**

alghe

Pane dell'oceano con nori, **91**

Amy's Bread (panetteria), 27

anice, liquore all'

Pane con uvetta e finocchio, **112-13**

anidride carbonica, lievitazione

dell'impasto e bollicine di, 41

arrosti

Arrosto di maiale al limone, **152-53, 153,**
155, 174

legare l'arrosto, 154

Roastbeef al rosmarino, 149, **150-51,**
173

Arrosto di maiale al limone, **152-53, 153,**
155, 174

Asiago, formaggio

Pane con formaggio, **71-72, 72**

attrezzatura

bilance, 43

canovaccio, 44

ciotole, 44

coltelli, 43, 122, *123, 124, 125*

cucchiaini di legno, 43, *124*

grattuge, *123*

griglie per raffreddare, 44, *124*

guanti protettivi, 125

mandoline, *124, 125*

mezzaluna, 122, *123*

misurini per cucchiaini, 43

misurini per tazze, 43, 44

pale, *123*

passaverdure, *124*

pennelli, 44, *124*

pentole, 42, 45

per pizza, 122, *123, 124, 125*

pietra refrattaria per pizza, *123*

raschiapasta, 43

rotella tagliapizza, 122, *124*

spatole di plastica, *123*

spatole di silicone, 43

tagliauovo, 184

teglie, 44
timer, 44
tortiere, 123

B

Bagna Cauda con aglio orsino, **169**
Bagna cauda con cipollotti, **168-69**, 184
baguette
Stecca (minibaguette), 56, 76, **77-78**, 77,
172, 173, 174, 176, 177, 178, 179, 180, 181,
182, 184, 186
Stecca al pomodoro, alle olive o all'aglio,
78
Stirato (baguette italiana), **79-80**, 172,
173, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181,
182, 184, 185, 186
baguette italiana, **79-80**
barbabietole
Barbabietole marinate, **162-63**
Panino con barbabietola, 163, **181**
Barbabietole marinate, **162-63**
basilico
Bruschetta al pomodoro, **200-201**
Panino con Caprese, **177**, 179
Panino con melanzane, 149, 161, 165, **178**
Panino "PBM" (Pancetta, Mango,
Basilico), 149, **182**, 183
Panzanella, **192-93**
batteri, presenti naturalmente, 40
Benriner, mandoline, 125
bilance, 43
birra, come ingrediente, 92
Bittman, Mark, 39
borlotti, fagioli
Ribollita, 188, **198-99**
bresaola
Panino con bresaola, 167, **180**
Bron, mandoline, 125

bruschetta
Bruschetta al pomodoro, **200-201**
Bruschetta al pomodoro napoletana, **201**
Bruschetta con peperone rosso arrostito,
202, 203
Bruschetta al pomodoro, **200-201**
Bruschetta al pomodoro napoletana, **201**
Bruschetta con peperone rosso arrostito,
202, 203
Budino, **204-6**, 207
burro di mandorle
Pane con mandorle e albicocche, **108-9**

C

canovaccio, 44
cantare, 47
carciofi
Carciofi confit, **159-60**, 176
Panino con carciofi e prosciutto cotto,
160, **176**
Carciofi confit, **159-60**, 176
cavolfiore
Pizza al cavolfiore, **128-29**
cavolo nero
Ribollita, 188, **198-99**
cetrioli
Cetriolini sottaceto fatti in casa, **157**, 174
Gazpacho, **196-97**
cetriolini sottaceto
Cetriolini sottaceto fatti in casa, **157**, 174
Panino cubano, 153, 156, 157, 158, **174**,
175
Cetriolini sottaceto fatti in casa, **157**, 174
Ciabatta, **81-82**, 83
ciliegie
Focaccia dolce, **144-45**
ciliegie disidratate
Focaccia dolce, **144-45**

cioccolato
 Pane al cocco e cioccolato, *84*, **85-86**
 Tortino di cioccolato, *208*, **209-10**

ciotole, *44*

cipolla
 Barbabietole marinate, **162-63**
 Gazpacho, **196-97**
 Panzanella, **192-93**
 Pizza ai funghi, **126**, *127*
 Pizza all'amatriciana, **121**
 Pizza alle cipolle, **134**, *135*
 Pizza al sedanorapa, **133**
 Pizza con patate, **129-30**, *131*
 Ribollita, *188*, **198-99**

cocco
 Pane al cocco e cioccolato, *84*, **85-86**
 Panini nelle foglie di banano, **87-88**, *89*

coltelli, *43*, *122*, *123*, *124*

condimento
 Condimento al limone, **167**

conservare il pane, *49*

cottura del pane, *41-42*, *51*

Crema di melanzane piccante, **166**, *179*,
185

creme
 Crema di melanzane piccante, **166**, *179*,
185

Panino con mozzarella, *166*, **179**

Crucolo, formaggio
 Panino con carciofi e prosciutto cotto,
160, **176**

cucchiai
 di legno, *43*, *124*
 dosatori, *43*

D

datteri
 Focaccia dolce, **144-45**

Panini nelle foglie di banano, **87-88**, *89*

dessert
 Budino, **204-6**, *207*
 Torta di budino di pane, **204-6**
 Tortino di cioccolato, *208*, **209-10**

dosare gli ingredienti, *48*

E

Emile Henry, pentole, *45*

F

fagiolini
 Panzanella, **192-93**

farina, *39*, *38*, *49*, *61*

farina di mais
 Pane con mais fresco, **110-11**

farina di tipo 0, *48*

farina integrale, *61*

finocchio
 Pane con uvetta e finocchio, **112-13**, *140*
 Pizza al finocchio, **140**

Focaccia, **141-42**, *143*
 Focaccia dolce, **144-45**

Fontina, formaggio
 Pane con formaggio, **71-72**, *72*

formaggio. *Vedi anche* Asiago; mozzarella
 di bufala; Crucolo; Fontina; formaggio
 di capra; Grana Padano; groviera;
 mozzarella; Parmigiano Reggiano;
 pecorino; formaggio svizzero

Pane con formaggio, **71-72**, *72*
 quantità di sale nel formaggio, *72*

formaggio di capra
 Panino con barbabietola, *163*, **181**

formaggio svizzero
 Pizza alle zucchine, **132**

Forno a Legna da Sergio, 30
Forno Campo de Fiori, 28-29
freddo, effetto sul tempo di lievitazione, 51
frittata
 Frittata di patate, **170-71**, 186
 Panino con frittata, 171, **186**, 187
Frittata di patate, **170-71**, 186
frutta. *Vedi nomi specifici*
funghi
 Pizza ai funghi, **126**, 127, 128

G

Gazpacho, **196-97**
ghisa, pentole di, 45
glutine, 39-40
 contenuto di proteine e glutine nella farina, 48
 lievitazione e glutine, 41
Grana Padano, formaggio
 Pizza al cavolfiore, **128-29**
 Pizza al finocchio, **140**
Grandaisy, 33
grattugia, 123
griglie per raffreddare, 44, 124
groviera
 Panino cubano, 153, 156, 157, 158, **174**, 175
 Pizza alle zucchine, **132**
guanti protettivi, 125
Guinness stout
 Pane scuro irlandese con uvetta, **94**
 Pane scuro irlandese di Jim, **93-94**, 95

I

IGP (*Indicazione Geografica Protetta*), 30

Impasto di base per pizza, **117-18**, 119, 120, 126, 128, 129, 132, 133, 134, 136
ingredienti. *Vedi anche i singoli ingredienti*
 pesare, 48
 tagliare a fette, 12, 122, 125
ingredienti per panini imbottiti
 Aioli di Jim, **156**, 173, 174, 186
 Arrosto di maiale al limone, **152-53**, 153, 155, 174
 Bagna cauda con aglio orsino, **169**
 Bagna cauda con cipollotti, **168-69**, 184
 Barbabietole marinate, **162-63**
 Carciofi confit, **159-60**, 176
 Cetriolini sottaceto fatti in casa, **157**, 174
 Condimento al limone, **167**
 Crema di melanzane piccante, **166**, 179, 185
 Frittata di patate, **170-71**
 Melanzane marinate, **160-61**, 166
 Peperoni rossi arrostiti, **165**
 Pomodori secchi marinati, **164**, 166, 173
 Roastbeef al rosmarino, 149, **150-51**, 173
 Senape piccante fatta in casa, **158**, 174
insalate
 Panzanella, **192-93**

K

kalamata, olive, 70
Kyocera, mandoline, 125

L

Lagostina, stampi, 105
latte
 Budino, **204-6**, 207
 Torta di budino di pane, **204-6**

laticello
 Pane scuro irlandese con uvetta, **94**
 Pane scuro irlandese di Jim, **93-94**, 95
Le Creuset, pentole, 45
lievitazione, 41, 50-51
lievitazione, lunga, 39-41, 50-51
lievito, 40-41
limone
 Arrosto di maiale al limone, **152-53**, 153,
 155, 174
 Carciofi confit, **159-60**, 176
 Condimento al limone, **167**

M

maiale. *Vedi anche* pancetta; prosciutto
 cotto; prosciutto di Parma; speck
 Arrosto di maiale al limone, **152-53**, 153,
 155, 174
 Panino cubano, 153, 156, 157, 158, **174**,
 175
Maillard, reazione di, 41
mais
 Pane con mais fresco, **110-11**
mandoline, 124, 125
mandorle
 Focaccia dolce, **144-45**
 Pane con mandorle e albicocche, **108-9**
 Pane con uvetta e finocchio, **112-13**, 140
mango
 Panino "PBM" (Pancetta, Mango,
 Basilico), 149, **182**, 183
manzo
 Panino con bresaola, 167, **180**
 Panino con manzo, 151, 156, 163,
 164, **173**
 Roastbeef al rosmarino, 149, **150-51**, 173
marmellata di frutta
 Focaccia dolce, **144-45**

 Pane al burro d'arachidi e gelatina, 103,
 104, **105-6**, 107
McGee, Harold, 39-40
melanzane
 Crema di melanzane piccante, **166**, 179,
 185
 Melanzane marinate, **160-61**, 166
 Panino con melanzane, 149, 161, 165, **178**
 Panino con mozzarella, 166, **179**
Melanzane marinate, **160-61**, 166
mezzaluna, 122, 123
misurini per cucchiaini, 43
misurini per tazze, 43, 44
mozzarella. *Vedi anche* mozzarella di
 bufala
 Panino con Caprese, **177**, 179
 Panino con mozzarella, 166, **179**
mozzarella di bufala
 Panino con Caprese, **177**, 179
 Panino con mozzarella, 166, **179**
 "Rampwich", 169, **184-85**

N

noci
 Pan co' Santi, **66-67**, 67
 Pane alle carote, 96, **97-98**
nori
 Pane dell'oceano con nori, **91**

O

olive
 Pane alle olive, 68, **69-70**
 Pizza al cavolfiore, **128-29**
 Stecca al pomodoro, alle olive o all'aglio,
 78
 tipi di, 70

olive verdi giganti siciliane, 70
origano
Bruschetta al pomodoro napoletana, **201**
organizzazione del tempo, 50-51
quando fa molto freddo, 51
Orso, 27-28

P

pale, *123*
Pan co' Santi, **66-67**, *67*
pancetta
Pane con pancetta, **73-74**
Panini con pancetta, **74**, *75*
Panino "PBM" (Pancetta, Mango, Basilico), 149, **182**, *183*
Pizza all'amatriciana, **121**
pane
conservare, 49
cottura, 41-42, 51
tagliare, 42, 47
tecnica senza impasto, 37-48
Pane al burro d'arachidi e gelatina, *103*, *104*, **105-6**, *107*
Pane alle arachidi, **101-2**
Pane alle carote, *96*, **97-98**
Pane alle mele, **99-100**
Pane alle olive, 68, **69-70**
Pane con formaggio, **71-72**, *72*
Pane con mais fresco, **110-11**
Pane con mandorle e albicocche, **108-9**
Pane con pancetta, **73-74**
Pane con uvetta e finocchio, **112-13**, 140
Pane dell'oceano con nori, **91**
Pane di Jones Beach, **90-91**
Pane di segale, **63-64**, *65*
Pane integrale, *60*, **61-62**
Pane scuro irlandese con uvetta, **94**
Pane scuro irlandese di Jim, **93-94**, *95*

Pane senza impasto di base, 30, **50-52**, *53-55*, 58, 192, 195, 196, 198, 200, 202, 204, 211
Pangrattato fatto in casa, 132, 209, **211**
panini
Panini con pancetta, **74**, *75*
Panini nelle foglie di banano, **87-88**, *89*
Panini con pancetta, **74**, *75*
panini imbottiti, 149-87
Panino con barbabietola, 163, **181**
Panino con bresaola, 167, **180**
Panino con Caprese, **177**, 179
Panino con carciofi e prosciutto cotto, 160, **176**
Panino con frittata, 171, **186**, *187*
Panino con manzo, 151, 156, *163*, 164, **173**
Panino con melanzane, 161, 165, **178**
Panino con mozzarella, 166, **179**
Panino cubano, 153, 156, 157, 158, **174**, *175*
Panino "PBM" (Pancetta, Mango, Basilico), 149, **182**, *183*
"Rampwich", 169, **184-85**
"Speckeroni", *146*, 164, 166, **185**
Panini nelle foglie di banano, **87-88**, *89*
Panino con barbabietola, 163, **181**
Panino con bresaola, *163*, 167, **180**
Panino con Caprese, **177**, 179
Panino con carciofi e prosciutto cotto, 160, **176**
Panino con frittata, 171, **186**, *187*
Panino con manzo, 151, 156, *163*, 164, **173**
Panino con melanzane, 161, 165, **178**
Panino con mozzarella, 166, **179**
Panino cubano, 153, 156, 157, 158, **174**, *175*
Panino "PBM" (Pancetta, Mango, Basilico), 149, **182**, *183*
panna
Budino, **204-6**, 207
Torta di budino di pane, **204-6**

Panzanella, **192-93**
 Pappa al pomodoro, **194-95**
 Parmigiano Reggiano
 Panino con bresaola, 167, **180**
 Pizza al cavolfiore, **128-29**
 Pizza al finocchio, **140**
 Ribollita, 188, **198-99**
 passaverdure, 124
 pasta frolla, 204, 205, 207
 patate
 Focaccia, **141-42, 143**
 Frittata di patate, **170-71, 186**
 Pizza con patate, **129-30, 131**
 Pizza con patate dolci, **130**
 patate dolci
 Pizza con patate dolci, **130**
 pecorino
 Pane con formaggio, **71-72, 72**
 Panino con melanzane, 149, 161, 165, **178**
 "Speckeroni," 146, 164, 166, **185**
 pennelli, 44, 124
 pentole, 42, 45
 peperoni
 Bruschetta con peperone rosso arrostito,
 202, 203
 Gazpacho, **196-97**
 Panino con frittata, 171, **186, 187**
 Panino con melanzane, 149, 161, 165, **178**
 Peperoni rossi arrostiti, **165**
 Peperoni rossi arrostiti, **165**
 pesare gli ingredienti, 48
 pesche e pesche noci
 Budino, **204-6, 207**
 Torta di budino di pane, **204-6**
 pietra refrattaria per pizza, 123
 pizza
 Impasto di base per pizza, **117-18, 119,**
 120, 126, 128, 129, 132, 133, 134, 136
 Pizza ai funghi, **126, 127**
 Pizza al cavolfiore, **128-29**
 Pizza al finocchio, **140**
 Pizza al pomodoro, **120-21, 121**
 Pizza al sedanorapa, **133**
 Pizza all'amatriciana, **121**
 Pizza alle cipolle, **134, 135**
 Pizza alle zucchine, **132**
 Pizza bianca, 114, 136, **137-39**
 Pizza con patate, **129-30, 131**
 Pizza con patate dolci, **130**
 Schiacciata d'uva, **139**
 surgelare l'impasto per, 117
 tagliare la pizza, 122
 Pizza ai funghi, **126, 127, 128**
 Pizza al cavolfiore, **128-29**
 Pizza al finocchio, **140**
 Pizza al pomodoro, **120-21, 121**
 Pizza al sedanorapa, **133**
 Pizza all'amatriciana, **121**
 Pizza alle cipolle, **134, 135**
 Pizza alle patate dolci, **130**
 Pizza alle zucchine, **132**
 Pizza bianca, 114, 136, **137-39**
 Pizza con patate, **129-30, 131**
 pomodori
 basilico, **177**
 Bruschetta al pomodoro, **200-201**
 Bruschetta al pomodoro napoletana, **201**
 Gazpacho, **196-97**
 Panino con Caprese, **177, 179**
 Panzanella, **192-93**
 Pappa al pomodoro, **194-95**
 Pizza al pomodoro, **120-21, 121**
 Pizza all'amatriciana, **121**
 Pomodori secchi marinati, **164, 166, 173**
 Ribollita, 188, **198-99**
 Stecca al pomodoro, alle olive o all'aglio,
 78
 Pomodori secchi marinati, **164, 166, 173**
 prosciutto cotto
 Panino con mozzarella, 166, **179**

prosciutto di Parma
Panino cubano, 153, 156, 157, 158, **174**,
175

R

raffreddare il pane, 42, 47, 51
"Rampwich", 169, **184-85**
raschiapasta, 43
Ribollita, **198-99**
Roastbeef al rosmarino, 149, **150-51**, 173
Römertopf teglia da forno per il pane, 81,
83
Römertopf swing rostiera, 79, 80
rotelle tagliapizza, 124
rucola
Panino con barbabietola, 163, **181**
Panino con bresaola, 167, **180**
Panino con frittata, 171, **186**, 187
Panino con manzo, 151, 156, 164, **173**

S

sale, 123
attività del lievito e, 41
salumi. *Vedi* pancetta; prosciutto cotto;
prosciutto di Parma; speck
Schiacciata d'uva, **139**
sedanorapa
Pizza al sedanorapa, **133**
Senape piccante fatta in casa, **158**, 174
spatole
plastica, 123
silicone, 43
speck
"Speckeroni", 146, 164, 166, **185**
stampi, 105
stampi di terracotta, 79, 80, 81, 83

Stecca, 56, 76, **77-78**, 77, 172, 173, 174,
176, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 184,
186
Stecca al pomodoro, alle olive o all'aglio,
78
Stirato, **79-80**, 172, 173, 174, 175, 176,
177, 178, 179, 180, 181, 182, 184,
185, 186
succhi come ingrediente, 92
Sullivan Street Bakery, 31-33, 169
surgelare l'impasto per pizza, 117

T

tagliare
ingredienti, 12, 125
pane, 42, 47
pizza, 122
tagliauovo, 184
tecnica senza impasto, 37-48
calore e, 41-42
evoluzione, 34-35
farina e, 39, 48
lievitazione lenta e, 39-41
lievito e, 40-41
pentole per, 42, 45
sale e, 41
teglie, 44
temperatura del forno, 42
timer, 44
Torta di budino di pane, **204-6**
torte
Budino, **204-6**, 207
Torta di budino di pane, **204-6**
Tortino di cioccolato, 208, **209-10**
tortiere, 123
Tortino di cioccolato, 208, **209-10**

U

uova

- Budino, **204-6**, 207
- Frittata di patate, **170-71**, 186
- Panino con frittata, 171, **186**, 187
- “Rampwich”, 169, **184-85**
- Torta di budino di pane, **204-6**
- Tortino di cioccolato, 208, **209-10**

uova d'anatra

- “Rampwich”, 169, **184-85**

uva

- Schiacciata d'uva, **139**

uvetta

- Focaccia dolce, **144-45**
- Pan co' Santi, **66-67**, 67
- Pane alle carote, 96, **97-98**
- Pane con uvetta e finocchio, **112-13**, 140
- Pane scuro irlandese con uvetta, **94**
- Schiacciata d'uva, **139**

V

vapore, 41-42

Verza

- Ribollita, 188, **198-99**

vino bianco

- Focaccia dolce, **144-45**

Z

zucchine

- Pizza alle zucchine, **132**

zuppe

- Gazpacho, **196-97**
- Pappa al pomodoro, **194-95**
- Ribollita, 188, **198-99**



Guido Tommasi Editore
www.guidotommasi.it

ISBN: 978 88 67530 168
25 € i.i.



9 788867 530168