

PA BARCELONETA recepta del Forn Baluart

Nota: En aquesta recepta es fa una primera fermentació escalonada a temperatura ambient i la segona fermentació amb les barres ja formades es fa a la nevera durant 12 hores. S'enforna directament al treure'ls de la nevera.

	<u>Ingredienst</u>
300 grs (100%)	farina panificable
210 ml (70%)	aigua
120 grs (40%) 5,4 grs (1,8%)	massa mare o de llevat fresc
2,5 grs (0,7%)	sal gruixuda

- Pastar durant 15 minuts a velocitat lenta i després 5 minuts a velocitat mitja.
- Deixar fermentar durant 3:15 hores, fent plecs a :
 - als 30 minuts de l'inici.
 - a 1:45 minuts de l'inici, es a dir 1:15 h després del primer plec.
 - a les 3:00 hores de l'inici, es a dir 1:15 h després del segon plec.
- Dividir la massa en peces, boleiar i conformar barres-
- Deixar reposar les barres conformades a la nevera (entre 2°C-8°C) fins l'endemà.
- L'endemà preescalfar el forn a 230°C durant un mínim de 30 minuts abans d'enfornar.
- Traiem les barres de a nevera i les posem a la pala d'enfornar.
- Marcar la grenya amb una guilette.
- Enfornar a 230°C durant 30 minuts.
- Deixar refredar sobre una reixeta.