

PA DE PITA

Nota: Amb les mides indicades surten pans d'uns 80-100 grs cadascun

Nota: Una avantatge d'aquest pa es que el podem tenir a punt per menjar en un temps relativament curt

- amb llevat fresc o sec unes 3:30 hores aproximadament.
- amb massa mare unes 12 hores (comencem a les 8 h i podem enforar cap a les 20 h)

NOTA: Si els volem fer amb massa mare l'hauré d'haver refrescat i deixar-la reposar a temperatura ambient unes 4-5 hores abans de fer-la servir. El temps de repòs durant la fermentació primària i secundària també seran més llargs. Per tant el temps total de preparació fins al moment d'enforar s'allarga a unes 11-12 hores, comencem refrescant la massa mare al matí, cap a les 8 h, i podem enforar cap a les 20 hores.

Forner d'Alella 8 pansx80g	Xavier Barriga 8 pansx80g	Stf. Barbato 8 pansx80g	Ingredients	Forki 6 pansx100g	Forki 4 pans	Forki 2 pans
500 grs (100%)	500 grs (100%)	500 grs (100%)	farina força "00"	310 grs	210 grs	110 grs
280 ml (56%)	280 ml (56%)	300 ml (60%)	aigua	175 ml (56%)	120 ml	62 ml
15,0 grs (3,0%) — — — —	5,0 grs (1,0%) — — — —	15,0 grs (3,0%) — — — —	llevat fresc o de llevat sec o massa mare	9 grs (3,0%) 3 grs (1,0%) 170 (56%)	6 grs 2 grs 117 grs	3 grs 1 grs 60 grs
40 ml (8,0%)	— —	30 ml (6,0%)	oli d'oliva	25 ml (8,0%)	16 ml	8 ml
10 grs (2,0%)	7 grs (1,4%)	10 grs (2,0%)	sal	5 grs (1,6%)	3 grs	1,8 grs
6 grs (1,3%)	— —	— —	succe	4 grs (1,3%)	2 grs	1 grs



- Tamisar la farina.
- Posem el llevat + l'aigua tèbia + sucre + l'oli en un bol i ho barregem bé.
 - Amb la pastadora el barrejaré amb la pala "K" a baixa velocitat.
- Anar afegint la farina de mica en mica, a cullerades soperes i l'anem barrejant per fer una pasta. Anem pastant fins que la pasta comenci a prendre forma.
 - Pastar 2-3 minuts:
 - Amb la pastadora continuarem amb la pala "K" a baixa velocitat.
 - Quan la massa comenci a prendre forma substituïm la pala "K" pel ganxo de "cua de porc" i continuem pastant fins que la massa es desprengui de la paret
- En aquest punt hi afegim la sal i continuem pastant.
 - uns 15 minuts més, si pastem a mà.
 - uns 10 minuts més, si ho fem amb pastadora, augmentant la velocitat en els 3 minuts finals.
- Bolcar la massa sobre el marbre i pastar-la fent plecs i voltejant a l'estil Bertinet unes 5-6 vegades
- Deixar reposar la massa:
 - Reposar 3 minuts.
- Tornar a pastar fent plecs i voltejant 2-3 cops.
- Boleiar per fer una bola ben tensada. Estirant-la una mica des de 5 punts separats i tombant els plecs fins el centre de la peça, després la fem rodar per segellar bé.

- Col·locar la bola en un bol tapat amb un drap humit (sense tocar la massa perquè si enganxarà) i deixar-la reposar fins que dobli el seu volum inicial.
 - La deixem dins del forn APAGAT però amb el LLUM encès perquè hi hagi un punt d'escalfor.
 - Posar una tassa amb aigua tèbia dins del forn perquè tingui una mica d'humitat (no posar-li calenta perquè llavors pujarà massa depressa)
- Reposar:
 - entre 1h - 1:30 hores si hem fet servir llevat fresc o sec
 - unes 6 hores si fem servir massa mare
- Passat el temps de repòs traiem la massa del forn.
- Amb una rasqueta la tallem a peces d'uns 80-100 grs de pes cadascuna.
- Tornem a voleiar cada peça, estirant-les una mica des de 5 punts separats i tombant els plecs fins el centre de la peça, després la fem rodar per segellar bé.
- Ens mullem les mans amb aigua i humitegem les peces passant les mans pel damunt de cada bola per tal d'evitar que s'hi faci una crosta durant el repòs.
- Tapar-les amb un drap de cuina.
- Deixar reposar
 - uns 40 minuts si hem fet servir llevat fresc o sec
 - entre 1:00 hora i 1:30 h si hem fet servir massa mare.
- Treure la safata del forn i preescalfar el forn a la màxima temperatura que permeti (mínim a 250°C) amb escalfor a dalt i a baix (sense aire).
- Untar la safata amb una mica d'oli (i passar un paper absorbent per eliminar-ne l'excés) perquè no se'ns enganxin els pans. La safata ha d'estar freda perquè els pans faran la segona fermentació a la safata.
 - Va millor posar la reixeta a les guies i preparar els pans a la bandeja de llauna.
- Podem decidir ara si volem que ens surtin uns pans inflats i sense molla (el típic pa de pita) o volem uns pans fins però amb una mica de molla (tipus pa àrab) per recargolar-los sobre si mateixos. Dependrà del gruix que li donen al disc quan estirem la bola de massa.
- Espolsar una mica de farina pel damunt de les boles i aplanar les peces, primer amb les mans i després amb el corró donant-lis una forma circular d'uns 12 cm de diàmetre i de 1/2 cm de gruix (Passem el corró en un sentit i després en sentit transversal al primer perquè agafi una forma circular).
 - **pans inflats i buits** (poca molla): estirar les boles de massa fins a fer un cercle ben fi.
 - **pans fins amb una mica de molla**: estirar les boles deixant-les una mica gruixudes.
- Col·locar les peces a la safata i tapar-les amb un drap.
- Deixar-les reposar uns minuts abans de la cocció.
 - reposar 15 minuts.
- Enfornar a la part baixa mitja del forn i a la màxima temperatura possible
 - Enfornar durant uns 6 minuts (no més temps). Han de quedar blanques.
- Quan les traiem de la safata els tapem amb un drap de cuina per mantenir-los calents.
- Es tallem per la meitat i es farceixen quan encara estan calents.

Nota: Podem coure aquests pans en una paella i també es fan bé:

- Posem una apella a escalfar a foc mitjà, sense oli (o mínimament pintada amb oli amb un pinzell)
- Estirem una bola de massa per fer-la un disc.
- Posem el disc a la paella 1-2 minuts per un costat // tornar // 1-2 minuts per l'altre costat.
- Un cop en tenim cuït un pa, estirem una altra bola i anem fent.