



Le pain Ciabatta et la pâte à pizza d'Eric Kayser

Temps de pétrissage : 10 minutes environ

Temps de 1ère pousse : 2 heures (avec un rabat au bout de la 1ère heure)

Temps de repos : 15 minutes

Temps de 2nde pousse : Pain : 45 minutes - Pizza : 30 minutes

Temps de repos de la pizza : 30 minutes

Temps de cuisson : Pain : \approx 10 minutes - Pizza : \approx 10 minutes (en fonction de votre garniture)

Recette pour 3 ciabatta et 1 pizza

Ingrédients

- 500 g de farine de blé
- 330 g d'eau
- 100 g de levain
- 7 g de levure
- 10 g de gros sel
- 30 g d'huile d'olive

Ustensiles

- Un batteur
- Un thermomètre
- Un coupe-pâte
- Une corne
- Un rouleau à pâtisserie
- Un pinceau
- Une cuillère pour mettre la sauce à pizza

- Une grille
- Une feuille de papier sulfurisé

1. C'est une pâte qui est assez liquide, donc, commencez par l'eau. Ajoutez ensuite le levain, la levure et la farine. Commencez à pétrir en 1ère vitesse. Ajoutez le gros sel. Passez en 2ème vitesse pendant 3, 4 minutes.
2. Remettez en 1ère vitesse, et ajoutez l'huile d'olive.
3. Repassez en 2ème vitesse jusqu'à ce que la pâte se décolle de la cuve.
4. Repassez en 1ère vitesse pour quelques secondes et farinez le fond de la cuve pour éviter que la pâte colle.
5. Arrêtez le mixer et prélevez la pâte en une fois.
6. Farinez votre plan de travail et faites une boule. Farinez votre cul de poule et placez-y votre boule de pâte.
7. Prenez la température de votre pâte, elle doit se situer entre 23 et 24°C.
8. Couvrez votre bol d'un linge propre et laissez la pâte se reposer pendant une première heure.
9. Au bout d'une heure, faites un rabat pour lui donner de la force. Etalez légèrement la pâte avec la main. Mettez la droite au milieu et la gauche au milieu. Le haut au milieu et le bas au milieu.
10. Reposez-la dans le cul de poule, couvrez-la et laissez, à nouveau, poser une heure.
11. Coupez votre pâte en 4 morceaux égaux. Re-farinez votre plan de travail sous ces 4 morceaux. Aplatissez-les légèrement avec la paume de la main et laissez-les se reposer pendant 15 minutes sous un linge propre.
12. Aplatissez la pâte, ramenez la gauche sur le milieu, la droite sur le milieu. Fleurez légèrement la feuille de papier sulfurisé (afin de les retourner juste avant la mise au four).
13. Laissez la pâte pousser pendant 45 minutes.
14. Retournez les pâtons sur la feuille de papier sulfurisé, humidifiez les côtés avec le pinceau et un peu d'eau. Veillez à ne pas mouiller la soudure pour éviter qu'elle ne colle à la cuisson.
15. Enfournez pour 4 min à 235°C et 12 min à 220°C.

Pour faire une pizza

1. Faites une boule avec votre pâton et laissez-la pousser pendant 30 minutes couverte d'un linge propre. Farinez le dessous et le dessus de votre pâton. Dégazez légèrement avec la paume de la main.
2. Etalez la pâte en veillant à garder une forme arrondie en étalant d'un côté, puis de l'autre (en faisant attention qu'il n'y ait pas plus d'épaisseur d'un côté que

de l'autre. Posez votre pizza sur son papier sulfurisé sur la grille du four ou une pierre à pizza.

3. Garnissez votre pizza selon vos envies. Laissez-la se reposer 30 minutes.
4. Puis, enfournez pour une dizaine de minutes (selon votre garniture) à 240°C.