



IMPASTI

Impasto per Pizza gluten free



1 IMPASTO DA 4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE

15 MIN



TEMPO DI COTTURA

0 MIN



CALORIE

250K

NOTE

30 MINUTI + 3 ORE

INGREDIENTI

250 g di Preparato per torte e biscotti senza glutine

250 ml di Acqua

1/2 bustina di Lievito di birra secco (consentito)

1 pizzico di Zucchero semolato

Amido di mais (maizena) consentito

1 cucchiaino di Olio extravergine di oliva

1 pizzico di Sale

Preparazione

Con le dosi di questa ricetta si ottengono circa 385 g di impasto, che corrispondono a 1 Confezione di Pasta pronta per pizza. Se nella ricetta sono previste 2 confezioni, raddoppiate le dosi di tutti gli ingredienti.

- Mettete in una ciotola il preparato con un pizzico di sale; aggiungete il lievito e lo zucchero, sciolti in una parte di acqua tiepida, l'olio extravergine e mescolate con un cucchiaio. Unite via via l'acqua che resta, ma non lavorate troppo l'impasto, che rimarrà piuttosto appiccicoso.

- Dopo averlo fatto riposare per mezzora, coperto con pellicola alimentare perché non si secchi, disponete l'impasto su una superficie cosparsa di amido di mais e iniziate una serie di piegature per renderlo più sodo e liscio (si effettua il "folding", cioè il ripiegamento).

- Stendete l'impasto a rettangolo (aiutatevi con il dorso del cucchiaio unto), piegate i lembi laterali su quello centrale; poi giratelo a 90° e piegatelo di nuovo, poi ancora altre tre volte. A questo punto l'impasto risulterà abbastanza elastico; ponetelo in una ciotola appena unta, copritelo con la pellicola e fatelo lievitare per circa 3 ore in un posto tiepido.
- Trascorso il tempo previsto, lavorate l'impasto senza glutine, che va trattato delicatamente e non lavorato eccessivamente, perché si può rompere e creare buchi. Appoggiate una pallina di impasto su carta da forno infarinata e premete leggermente con la punta delle dita per creare la forma voluta, girandola via via insieme alla carta. Lavorate sempre dal centro verso l'esterno, così il bordo verrà più alto.
- Trasferite la pizza insieme alla carta sulla placca da forno e passate leggermente il matterello per assottigliare ancora un po' la pasta, se desiderate una pizza più sottile, ma lasciate sempre i bordi appena più alti.

Carla Marchetti