

Pane tipo schiacciata

Ricette per il Giovedì Santo

Se vuoi, puoi preparare una schiacciata con i tuoi genitori. È molto semplice e davvero gustosa. Di seguito trovate tre ricette, una prevede la cottura in padella, le altre in forno.

Buona preparazione!

Ricetta della schiacciata al forno (eventualmente dimezzare le dosi)

2 bustine di lievito secco (circa 14 g)
1 pizzico di zucchero
600 ml di acqua
50 ml di olio d'oliva
1 cucchiaio di sale
1 kg di farina



Mescolare il lievito secco con un pizzico di zucchero e 100 ml di acqua e lasciar riposare per circa 10 minuti.

Quindi unire 50 ml di olio d'oliva alla soluzione di lievito e aggiungere 500 ml di acqua e il cucchiaio di sale. Impastare bene il composto con 1 kg di farina fino a formare una palla, ungerla con olio d'oliva, coprire e lasciare lievitare.

Preriscaldare il forno a 250° C.

Formare piccole palline di pasta arrotondandole su un tavolo infarinato e stendere ogni pallina fino a farla diventare una schiacciatina molto sottile (spessore massimo ½ cm!). Con una forchetta punzecchiare l'impasto steso, altrimenti si formeranno bolle (questo effetto è desiderabile solo se le focacce devono essere farcite).

Cuocere solo due schiacciate per volta su una teglia infarinata o coperta da carta da forno, per 5-10 minuti sistemando la teglia sul ripiano centrale del forno, altrimenti il pane diventerà duro.

Questo tipo di pane è ottimo da gustare appena cotto e ancora caldo; per cui consigliamo di avvolgerlo in un panno per mantenerlo caldo.

Schiacciata

(in padella)

100 gr di farina integrale di farro
100 grammi di farina di frumento
2 cucchiaini di olio d'oliva
1 pizzico di sale
acqua tiepida



Impastare bene tutti gli ingredienti con acqua tiepida. Il risultato è un impasto morbido che non si attacca.

Dividere l'impasto in 8 pezzi uguali e con ciascuno formare una pallina. Stendere ogni pallina con il mattarello fino a ridurla ad una sfoglia rotonda e sottile (ca. 2mm).

Cuocere in una padella antiaderente **senza** olio.

Quando durante la cottura nell'impasto iniziano a formarsi delle bolle, capovolgerlo e cuocerlo brevemente sull'altro lato.

La cottura richiede in totale 1 minuto.

Schiacciata senza lievito

(al forno)

Ingredienti:

2 Tazze di farina (ca. 300 gr), per questa ricetta è ottima anche la farina integrale!

1 cucchiaino da tè di sale (ca. 5 gr)

50 gr (o 60 ml) di olio di oliva

½ Tazza di acqua tiepida (ca. 120 ml)



Mescolare tutti gli ingredienti in una ciotola fino a ottenere un impasto omogeneo. Mettere l'impasto su una spianatoia infarinata e lavorarlo fino a quando non sarà ben compatto.

Cospargere la spianatoia di nuovo con un po' di farina e fare un filoncino con l'impasto.

Una volta pronto tagliarlo in piccoli pezzi con un coltello.

Si prega un adulto di preriscaldare il forno ad aria calda a 200°.

Infarinare nuovamente la spianatoia e stendere ogni pezzetto di impasto con un mattarello fino ad ottenere delle piccole focacce molto sottili.

Disporre con cura le varie schiacciatine su una teglia e infornarla per ca. 5 minuti. E' importante farsi aiutare da un adulto perché il forno è molto caldo!

Non appena le schiacciate si saranno raffreddate, tu e la tua famiglia potrete gustarvele!