Panuozzo

écrit par Pariseyn | 15 mai 2021

Le panuozzo est un pain à sandwich de la région italienne de Campanie. Il a la particularité d'être recuit après avoir reçu sa garniture. La recette est celle d'une pâte à pizza, mais le façonnage est différent : on étire le pâton sur une longueur de 25 à 30 cm pour constituer un grand sandwich que l'on divisera en 3 ou 4 sandwiches plus petits après cuisson. La recette utilisée ici est basée sur une poolish que l'on commencera la veille.

Ingrédients, pour 4 panuozzos :

Pour la poolish :

197 g de farine Gruau d'or T45 11,5% de gluten

3 g de gluten (facultatif)

0,5 g de levure fraîche

200 g d'eau

Pour la pâte :

La poolish ci-dessus

394 g de farine Gruau d'or T45 11,5% de gluten

6 g de gluten (facultatif)

12 g de sel de Guérande moulu

6 g de malt diastasique

6 g de levure fraîche

190 g d'eau

15 g d’huile d’olive

Notes :

Le gluten n’est pas indispensable, l’idée étant de faire ici une farine italienne type « 00 » ayant 12,5% de gluten (force W ≈ 240) en utilisant le convertisseur en bas de cette page. Si l’on n’en dispose pas, arrondir les quantités de farine respectivement à 200 et à 400 g et ne mettant mettant pas toute l’eau de la pâte au début.

Le malt diastasique est également facultatif : il améliore les saveurs et la coloration. On peut le remplacer par 12 g de miel.

Préparer la poolish la veille vers 17h00 : diluer la levure dans l’eau et mélanger la farine et le gluten.

Ajouter le liquide à la farine et remuer au fouet jusqu’à obtenir une préparation lisse (pas de grumeaux).

Couvrir et laisse reposer à température ambiante pour 12 heures.

Le lendemain, vers 5h30, préparer la pâte. Peser tous les ingrédients.

Mélanger la farine, le gluten, le malt et le sel dans un récipient : c’est le mélange sec.

Diluer la levure dans l’eau. Ajouter l’huile et verser l’ensemble sur les bords de la poolish pour l’aider à se décoller. C’est le mélange humide.

Verser le mélange humide sur le mélange sec et fraser à l’aide d’une corne jusqu’à obtenir une pâte homogène et qu’il n’y est plus de trace de farine (environ 4 minutes).

Couvrir et laisser reposer 5 minutes.

- La poolish après 12 hrs
- La pâte après frasage

Verser la pâte sur le plan de travail fariné et pétrir selon la méthode « Fold and Roll » pendant environ 5 minutes : on obtient une pâte homogène, mais non lisse.

Couvrir la pâte et laisser reposer à température ambiante 30 minutes.

Faire un rabat nord-sud / est-ouest sur le plan de travail et bouler : la pâte est maintenant lisse et homogène.

Faire le « windowpane » qui doit être correct à ce stade. Si ça n'est pas le cas, refaire le cycle rabat/repos de 20 minutes jusqu'à l'obtenir.

- Après rabats, la pâte est lisse et homogène
- Mise en forme

Peser la pâte (ici 1030 g).

Diviser en 4 pâtons égaux (ici 257 g).

Bouler en rassemblant les bords vers l'intérieur du pâton pour lisser la surface, puis mettre en forme en bâtard court. Cette forme facilitera le façonnage.

Mettre les pâtons dans un conteneur fermé (très important, les couvrir d'un film ne suffit pas) et laisser fermenter 4 à 5 heures à température ambiante (4 heures à 23°c pour moi).

Préchauffer le four à sa température maximale (275°C pour moi), avec une pierre à pain au niveau 2, au moins 1 heure avant de cuire les pains.

Façonnage :

Transférer délicatement les pâtons sur un plan de travail fariné en essayant de ne pas les dégazer, ou le moins possible.

En les prenant par le centre, étirer les pâtons jusqu'à une longueur d'environ 35 cm. Il faut maintenir de la matière dans le centre tout au long du pâton pour éviter qu'il ne s'ouvre trop dans le four.

Préparer une pelle à pain revêtue de papier cuisson.

Transférer les 2 premiers pâtons sur la feuille de papier sulfurisé.

-
  Après 4 hrs d'apprêt
-
  Façonnage

Enfourner pour environ 6 minutes, le produit ne doit pas trop prendre de coloration.

Faire de même pour les 2 autres pâtons.

Tempéraure interne : 97/98°C

Laisser refroidir sur grille.

En principe, les panuozzos se servent chaud après la sortie du four. Mais comme il faut les repasser au four avec leur garniture, les laisser refroidir n'est pas très important.

-
-

La croûte est fine et légèrement croustillante, la mie très moelleuse. Il ne reste plus qu'à le garnir des ingrédients de

son choix et de le repasser sous le gril du four pour se régaler.