

Pâte à pizza

écrit par Pariseyn | 21 octobre 2017



Dès que l'on s'intéresse à la recette de la pâte à pizza, on constate des différences considérables. Le taux d'hydratation varie de 0,50 à 0,66, et même 0,82 (!), le choix de farine va de la farine « spéciale pizza » à la « 00 » italienne (équivalente à une farine T45 riche en gluten – 13,5%, aussi appelée farine de gruau) ou à des traditionnelles farines T45, T55 ou T65. Certains préconisent une préparation de la pâte la veille, voire 24 ou 48 heures à l'avance alors que d'autres utilise la pâte directement après le pointage. Comment s'y retrouver ?

« [l'Associazione verace pizza Napoletana](#) » recommande un Th de 0,55 à 0,59 pour la « vraie » pâte à pizza napolitaine, qui doit être cuite obligatoirement dans un four à bois pendant 60 à 90 secondes. Précisons que la température recommandée est de 485 °C. Dans un four domestique, la température atteint au maximum 300 °C (275 °C pour moi). La pizza devra donc y cuire beaucoup plus longtemps, environ 5 à 6 fois plus, et aura d'autant plus de chance de se dessécher. Je commence donc avec un Th de 0,70 qui devrait éviter ce problème.

Contrairement à la pâte à pain, les pizzaiolos divisent la pâte juste après le pétrissage. Le pointage se réalise donc avec des pâtons individuels et non « en masse ». On verra plus loin que cela facilite grandement le façonnage.

Ensuite, mes [différents essais](#) sur le temps de pointage de la pâte me font choisir un pointage au froid entre 12 et 24 heures, ce qui développe suffisamment les arômes. J'aurai pu me contenter d'un pointage de 4 à 6 heures, mais je trouve que c'est plus commode de préparer la pâte la veille. Il n'y a pratiquement plus rien à faire le jour J.

De même, l'utilisation de la seule farine Manitoba (T45 riche en gluten) donne beaucoup de force à la pâte, ce qui demande du repos entre les opérations de boulage et façonnage. En utilisant une pâte qui pointe **après** la division pendant 12 à 24 heures, on résout ce problème.

Ingrédients, pour environ 700 g de pâte :

200 g de farine T65 Casino 12% de gluten

200 g de farine Manitoba Type « 0 » 13,5% de gluten

250 ml d'eau

30 ml d'huile d'olive (2 cuillères à soupe)

8 g de levure fraîche de boulanger

8 g de sel

La veille :

Préparer et peser tous les ingrédients. Tamiser les farines.

Dans le bol du robot équipé de la feuille, mettre l'eau, les farines et la levure émiettée.

Fraser à la vitesse 1 (« min » pour moi) pour incorporer tous les ingrédients et jusqu'à ce que la pâte soit formée : il faut 1 minute.

Remplacer la feuille par le crochet spirale.

Pétrir 1 minute, puis ajouter le sel et continuer de pétrir pendant 5 minutes à vitesse 1 pour l'incorporer et pour former le réseau de gluten : la pâte se décolle parfaitement des parois du bol.

Après ces 5 minutes, ajouter la première cuillère à soupe d'huile et continuer de pétrir jusqu'à complète incorporation : il m'a fallu 8 minutes, la pâte est à nouveau parfaitement

décollée des parois.

Verser la seconde cuillère à soupe d'huile et continuer de pétrir, toujours à vitesse 1 jusqu'à complète incorporation : il m'a fallu 14 minutes.

En résumé, frasage à la feuille 1 minutes et pétrissage au crochet pendant 28 minutes. La pâte ne colle pas du tout aux doigts, est bien lisse et homogène.

Préparer 3 récipients en plastique avec couvercle et enduire d'huile toutes leurs parois.

Transférer la pâte sur un plan de travail fariné et la peser : ici 681 g.

En fonction de la taille de la pizza que l'on souhaite réaliser, procéder à la division de la pâte.

Les professionnels donnent les critères suivants :

- Pizza « enfant » : pâton de 120 g pour un diamètre de 20 cm
- Pizza « individuelle » : pâton de 180 g pour un diamètre de 23 à 24 cm
- Pizza « assiette » : pâton de 220 à 230 g pour un diamètre de 29 cm.
- Pizza « à emporter » : pâton de 280 à 300 g pour un diamètre de 33 cm.
- Pizza « à partager » : pâton de 350 à 400 g pour un diamètre de 40 cm.

Ici, on choisit des pizzas « assiette », donc division en 3 pâtons de poids égal, soit 227 g pour une pizza de 29 cm. Cette taille est parfaite pour 2 personnes à l'appétit moyen ou une personne ayant un solide coup de fourchette.

Bouler chaque pâton soigneusement en lissant bien la peau.

Mettre chaque pâton dans son récipient en plastique et le

tourner pour l'enduire d'huile sur tous les côtés. Fermer le couvercle non hermétiquement.



Mettre les boîtes de pâtons au bas du réfrigérateur pour 24 heures.

Le lendemain :

Sortir les pâtons du réfrigérateur deux heures avant pour qu'ils reviennent à température.



Fariner généreusement le plan de travail et verser le premier pâton dessus.

Façonner selon les indications décrites [ici](#). Comme elle a eu un long temps de repos, la pâte est très souple et très facile à manipuler. Elle ne colle pas du tout.

Préparer une feuille de papier cuisson au format de la pelle à pizza et déposer la pâte dessus.

Faire glisser l'ensemble sur la pelle à pizza.

Garnir avec les ingrédients de son choix.

Notes : Pour plus de goût, on peut :

- *Remplacer l'huile par une quantité équivalente de saindoux ou de lard de Colonnata. C'est une vieille technique italienne datant de l'époque où l'huile d'olive était bien plus chère que la graisse de porc et qui donne un bien meilleur goût.*
- *Ajouter de l'origan dans la pâte.*