FOCACCIA

**Orientações iniciais:**

* Leia ATENTAMENTE **toda** a receita antes de iniciar qualquer procedimento e planejem a divisão das tarefas para otimizar o tempo
* Higienize todos os alimentos que necessitarem de higienização como frutas, folhas, legumes e vegetais

| **FOCACCIA**INGREDIENTESEsponja* 100 g (¾ xícaras) de farinha de trigo
* 100 g (½ xícara) de água
* 5 g (½ sachê) de fermento biológico seco instantâneo ou 15 g de fermento biológico fresco (1 tablete)
* Ou, se quiser utilizar fermento natural, são: 205 g de fermento natural de farinha branca. O fermento deve estar "refrescado" e não pode ser usado direto da geladeira.

Massa final* 205 g de esponja
* 400 g (3 ⅓ xícaras) de farinha de trigo
* 280 g (1 ⅓ xícara) de água
* 20 g (2 colheres de sopa) de azeite de oliva
* 10 g (½ colher de sopa) de sal de cozinha

Cobertura* 4 a 6 ramos de alecrim fresco
* Sal grosso para polvilhar sobre a focaccia
* Azeite a gosto para untar e cobrir a superfície

MODO DE PREPARO1. Começamos fazendo um pré-fermento. Isso vai dar força e sabor para a nossa massa
2. Esse tipo de pré-fermento é chamado de esponja. Seu preparo é feito 30 a 60 minutos antes de começar a receita propriamente dita.
3. Em uma tigela, adicione 100 g de farinha de trigo
4. Na esponja usamos todo o fermento da receita. Então serão 5 g de fermento biológico seco. Se for usar fermento biológico fresco, utilize 15 g
5. Misture os dois ingredientes com uma colher
6. Adicione 100 g de água em temperatura ambiente e misture bem
7. Cubra com um pano úmido ou plástico filme e deixe crescer por 30 a 60 minutos até dobrar de volume. Quanto mais calor, mais rápido isso acontece.
8. Se você quiser usar fermento natural na sua focaccia, é só substituir toda essa quantidade de pré-fermento pelo levain já ativado. Obviamente que os tempos de fermentação serão bem maiores, pode aumentar em mínimo quatro vezes, sempre dando mais atenção a consistência da massa do que ao ponteiro do relógio.
9. O meu pré-fermento ficou pronto em 45 minutos. Note como ele está cheio de bolhas e com a parte central mais alta do que as laterais. Se deixar passar muito tempo, ele afunda e a mistura perde força
10. Já pode começar a massa principal. Em uma tigela maior, adicione 400\* g de farinha de trigo
11. Serão 10 g de sal, ou aproximadamente meia colher de sopa
12. Misture o sal e a farinha com uma colher
13. Agora vamos colocar o nosso pré-fermento
14. Adicione a água, são 280 gramas
15. Uma dica que eu sempre dou e que vale para qualquer receita de pão. Se você não conhece a marca de farinha que estiver utilizando, não adicione toda água, reserve um pouco, misture os ingredientes e sinta a consistência da massa. Se houver necessidade, adicione o restante da água
16. Por fim, coloque 20 g de azeite de oliva. Pode usar outro óleo, mas a focaccia tradicional é feita com azeite
17. Misture com uma colher até agregar bem todos os ingredientes
18. Mesmo adicionando toda água, a minha massa não ficou tão hidratada quanto eu queria.
19. Adicionei mais 20 gramas de água, além do indicado na receita
20. Volto a misturar com a colher até absorver toda água
21. A massa deve ficar com uma consistência mais pegajosa, como de um purê. Ela não deve ficar líquida como um mingau, precisa manter um mínimo de estrutura
22. Cubra e deixe descansar por 5 minutos
23. Como é uma massa muito mole, a gente não consegue sovar, mas ainda assim precisamos desenvolver o glúten. Então vamos deixá-la descansando por 5 minutos e fazer uma dobra, deixar mais 5 minutos e fazer outra dobra. No total serão de 4 a 5 dobras em um período de 30 minutos. Eu já te ensino como fazer essas dobras...
24. Para realizar as dobras, mantenha as mãos umedecidas sempre que tocar na massa, para não grudar
25. Puxe as pontas da massa até o centro. Essa primeira sequência de dobras é mais difícil, a massa ainda está grudando muito. Quatro movimentos são suficientes, já pode cobrir a massa novamente e aguardar mais 5 minutos
26. Na segunda dobra, a massa já vai ter ganhado um pouco de estrutura, mas não deixe de umedecer as mãos
27. Serão novamente 4 a 5 dobras, uma em cada ponta da massa
28. Na terceira dobra, a massa já deve estar bem mais firme, então vamos realizar um outro tipo de movimento.
29. Coloque as duas mãos sob a parte central da massa e puxe até soltar de um dos lados da tigela. Deixe a ponta solta se enrolar para baixo da massa
30. Vire a tigela e repita o mesmo movimento para soltar a outra ponta
31. Agora vamos fazer o mesmo com as bordas laterais. A massa já deve descolar completamente da tigela
32. Após 15 minutos e 3 sequências de dobras, o glúten irá ter se desenvolvido e a massa começa a apresentar uma boa elasticidade
33. Cubra e deixe mais 5 minutos
34. Vamos realizar uma última sequência de dobras, sempre com as mãos úmidas
35. A massa deve estar bem mais firme e se descolar facilmente da tigela.
36. Este ponto de elasticidade já é suficiente, não há necessidade de mais dobras
37. Cubra e agora vamos deixar descansando por 30 a 60 minutos até dobrar de tamanho. No verão é mais rápido e no inverno será mais demorado
38. Já pode pré aquecer o forno. A temperatura utilizada irá variar de acordo com o tipo do seu equipamento
39. A focaccia tradicional não deve ficar muito grossa, ela é mais para uma pizza do que para um pão. O ideal é conseguir modelar uma massa com 1 a 2 centímetros de altura e que cresça até atingir 3 a 4 centímetros depois de pronta
40. Ao assar pães mais finos, assim como acontece com a pizza, não podemos deixar muito tempo no forno, sob o risco de ressecar demais o miolo
41. Então eu recomendo o seguinte: se o seu forno, assim como o meu, tem uma resistência na parte superior, coloque a focaccia na parte mais baixa, mantenha essa resistência ligada e asse a 200 ºC
42. Caso seu não forno não tenha resistência superior, faça o contrário, coloque a assadeira na parte mais alta e aumente a temperatura do forno para 250 ºC
43. Cada forno tem suas particularidades, experimente essas duas formas que eu falei e faça os ajustes necessários até descobrir o que funciona melhor no seu equipamento
44. Depois da fermentação, antes de mexer na massa, vamos preparar a assadeira.
45. Use, se possível, uma assadeira rasa que permita dourar bem as laterais da focaccia. Eu tenho uma assadeira retangular de 36 por 24 centímetros.
46. Se estiver usando um tamanho diferente ou até uma assadeira redonda, você pode baixar a minha planilha que faz o cálculo dos ingredientes de acordo com o tamanho da assadeira (link acima).
47. Despeje uma quantidade generosa de azeite e espalhe bem para evitar que grude. Isso pode não ser suficiente, dependendo do revestimento da sua assadeira. Se mesmo com o azeite grudar, forre com papel manteiga.
48. Umedeça novamente as mãos e comece desgrudando as laterais da tigela.
49. Só agora, após a fermentação, a massa conseguiu atingir o ponto de véu
50. Para retirar a massa da tigela, vamos repetir aquele movimento que fizemos durante a dobra.
51. Coloque as duas mãos úmidas sob a parte central da massa. Descole um lado… vire a tigela e descole o outro lado.
52. Gire a tigela em 90º e suspenda a massa com cuidado até que ela descole completamente da tigela
53. Transfira imediatamente a massa para a assadeira previamente untada
54. Com as mãos úmidas novamente, aperte toda extensão da massa com a ponta dos dedos das duas mãos
55. Estique com cuidado a focaccia para que ocupe toda assadeira. Se sentir muita resistência, cubra e deixe o glúten relaxar por 5 minutos
56. Se necessário, faça mais furos com a ponta dos dedos
57. Para a cobertura da focaccia vamos usar a dupla tradicional: alecrim e sal grosso. O tomate cereja também é bem clássico, mas você também pode cobrir com queijo parmesão, azeitona, cebola, berinjela e diversos outros ingredientes
58. Distribua bem as folhas de alecrim sobre toda superfície da massa
59. Pressione suavemente para fixar bem o alecrim
60. Agora vamos colocar o sal grosso, sem exagero para não salgar demais
61. E um fio de azeite para finalizar a nossa cobertura
62. Vamos para o forno que estava pré-aquecido à 200 ºC
63. Vou colocar a focaccia na parte mais baixa do forno… e ligar também a resistência superior
64. Após 10 minutos, a minha focaccia já começou a dourar, então vou virar a assadeira para assá-la por igual
65. Depois de 25 minutos no forno, a nossa focaccia está pronta
66. Pincelar mais um pouco de azeite vai dar um brilho especial
67. Desprenda a focaccia da assadeira com uma espátula. Se grudar demais, utilize o papel manteiga na próxima fornada
68. Deixe esfriar sobre uma grade para terminar de assar o miolo e evitar o acúmulo de umidade, o que pode amolecer a parte de baixo. 15 minutos é suficiente
69. Certifique-se de que a base da focaccia também tenha sido bem assada
70. Vamos ver como ficou o miolo… hum… cheio de alvéolos, como deve ser uma autêntica focaccia. Essa é a importância de trabalhar com uma massa bem hidratada
71. A focaccia pode ser cortada em pedaços retangulares e servida como entrada ou aperitivo. Você também pode cortar ao meio e montar um belo sanduíche. Bom apetite!
 |
| --- |

**Orientações finais:**

* Toda a louça (utensílios e equipamentos) utilizados em aula devem ser lavados e guardados nos locais onde foram retirados.
* As bancadas devem ser higienizadas com água e sabão e álcool.
* Os aventais recebidos devem ser devolvidos ao laboratório no final da aula.