Lo streetfood pugliese in 5 ricette scelte da Selezione Casillo

focaccia-barese-c7a2e1fd

La focaccia barese, i taralli, la puccia salentina, i panzerotti e il pane sono alcuni tra i più famosi prodotti simbolo dello street food pugliese, in Italia e fuori dai nostri confini. Prelibatezze che si identificano con una cucina che evoca sapori, gusti e profumi che sanno di tradizione e di casa. Perfetti da mangiare in compagnia, per una merenda gustosa, da fare a casa o per un pranzo veloce, sono un biglietto da visita importante per la Puglia gastronomica, espressione di un territorio e della sua storia.

La farina è il punto di partenza per la creazione di queste leccornie, che ci insegnano l'arte dell'attesa e della pazienza affinché la lievitazione faccia il suo corso, che ci invitano ad imitare i maestri panificatori e i loro gesti rituali. Azioni che comunicano rispetto e cura della materia prima perché possa poi regalarci quei prodotti da forno che fanno leccare i baffi.

FOCACCIA BARESE
Tra quelli più conosciuti, la focaccia barese merita una particolare menzione. Solitamente condita con pomodori e olive, fa parte della tradizione più autentica. Gustarla tra le pareti di casa è semplice, basta seguire questa ricetta:

Ingredienti (dosi per 6-8 persone)
500 gr di Semola rimacinata 100% Pugliese "Prime terre"
400 g acqua
10 g lievito di birra fresco
15 g sale
15 g olio extra vergine di oliva

Procedimento

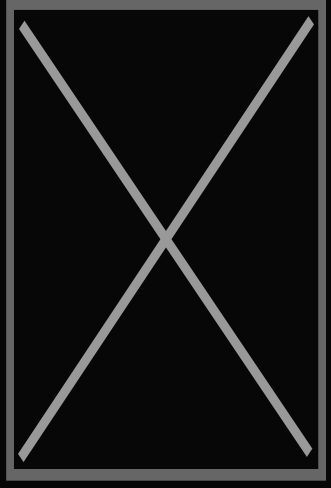
Disponete la semola nell’impastatrice e fatela ossigenare per 2 minuti a bassa velocità. Versate il 55% dell’acqua prevista dalla ricetta e fate girare in prima velocità fino a che tutta la semola risulterà idratata. Lasciare riposare per 30 minuti. Riazionate l’impastatrice, aggiungete il lievito e versate poco per volta la restante acqua prevista dalla ricetta. Quando l’impasto avrà preso tutta l’acqua, aggiungete il sale per poi lavorare a velocità più alta. Aggiungete l’olio a filo e continuate ad impastare fino ad ottenere un impasto liscio e omogeneo.
Lasciate riposare l’impasto circa 30 minuti in una ciotola. Procedete alla formatura delle bocce pesate a seconda della teglia. Fate lievitare l’impasto fino al raddoppio e poi procedete con la stesura in teglie (preferibilmente di ferro) unte generosamente con olio evo. Condite con olio extra vergine di oliva, pomodori, olive, aglio (facoltativo) e origano. Lasciate lievitare per circa 2 ore e infornate (a forno caldo) a 250°C.

TARALLO

Antesignano dello street food, il tarallo,immancabile nelle osterie con un buon bicchiere di vino e a casa per stuzzicare l’appetito in qualsiasi momento della giornata. Nessuna preparazione complicata per il cibo di strada ideale per il consumo on the go.

Ingredienti (per circa 200 taralli)
1 kg di farina tipo 0 100% Pugliese “Prime terre”
300 g di vino bianco secco
250 g di olio extra vergine di oliva
25 g sale fino

Procedimento
Impastate insieme la farina, il vino, l’olio e il sale fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo.
Lasciate riposare coperto da un panno per 20 minuti.
In una pentola capiente portare a ebollizione dell’acqua salata.
Formate i taralli ricavando dall’impasto dei bigoli di circa 1 cm di diametro e di circa 8-10 cm di lunghezza e chiudeteli su se stessi sovrapponendo le estremità e schiacciandole con le dita in modo da sigillarle. Immergete nell’acqua bollente una decina di taralli per volta e ritirateli appena salgono a galla con l’aiuto di una schiumarola. Sistemateli su un panno per qualche minuto in modo che si asciughino.
Spennellate di olio una teglia da forno e adagiatevi i taralli senza farli toccare l’uno con l’altro.
Infornateli in forno preriscaldato a 200° per circa 40 minuti.



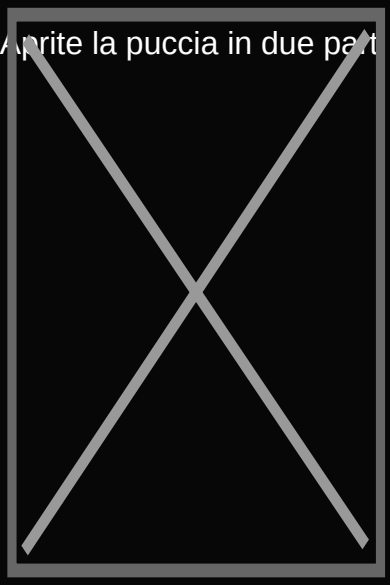
PUCCIA SALENTINA

Per chi invece ama i panini, la puccia salentina è il prodotto per eccellenza da farcire con quello che si preferisce o che si ha a disposizione. Un pane buono e sano da fare a casa.

Ingredienti (dosi per 6 persone)
500 g “Semole d’autore” per pizze e focacce
325g acqua
5 g lievito di birra
15 g sale
8 g olio extra vergine di oliva

Procedimento
Disponete la semola a fontana su di un piano con il lievito sbriciolato, versate l’acqua poco per volta avendo cura di lasciarne 50 g. nei quali sciogliere il sale che verrà inserito in seguito.
Impastate facendo si che la semola assorba l’acqua inserita volta per volta. Aggiungere il sale con la restante acqua.
Infine inserite l’olio evo a filo continuando ad impastare energicamente in modo da ottenere un impasto liscio e omogeneo.
Coprite l’impasto con un canovaccio e lasciatelo riposare per 30 minuti in un ambiente al riparo da correnti di aria. Spezzate l’impasto in pezzi da 200 g, arrotondate e poneteli su una leccarda spolverata di semola.
Lasciate riposare le forme in frigo per almeno 6 ore.
Togliete le forme dal frigo e lasciatele acclimatare, quindi fatele lievitare fino al raddoppio posizionando la leccarda nel forno spento.
Pigiate delicatamente l’impasto con il palmo della mano, appiattendolo dolcemente.
Spennellate di olio la superficie e infornate sulla leccarda in forno preriscaldato a 250°C fino a corretta doratura.Abbiate cura di posizionare la leccarda in posizione medio bassa del forno.

Aprite la puccia in due parti e farcite a piacimento.



PANZEROTTO

Per chi, invece, vuole una coccola calda e affettuosa, non c’è niente di meglio di un buon panzerotto. Nato come cibo di recupero, il panzerotto classico è farcito con mozzarella e pomodoro; in alternativa si può optare per un ripieno di verdure o ragù carne.

Ingredienti (dosi per 6-8 persone)
1000 g di “Le Semole d’autore” per panzerotti
600 g d’acqua
30 g olio extra vergine di oliva
30 g di sale
10 g di zucchero (2 cucchiaini)

20 g di lievito di birra fresco

Procedimento
Su una spianatoia disponete la semola a fontana, inserite tutti gli ingredienti e impastate fino ad ottenere una pasta liscia e omogenea.
Rivestite con pellicola e fate riposare per 20 minuti. Quindi dividete l’impasto formando delle palline e lasciatele lievitare a temperatura ambiente per almeno 2 ore o comunque fino al raddoppio, avendo cura di coprirle con della pellicola alimentare.Stendete la pasta dandole una forma circolare, condite con salsa di pomodoro e mozzarella, richiudete avendo cura di bagnare con acqua il bordo della pasta: in questo modo durante la frittura i panzerotti rimarranno ben sigillati.
Friggete in abbondante olio evo bollente fino a giusta doratura.

PANE PUGLIESE

Chiudiamo, infine, con un ingrediente prezioso per lo street food, che richiede una preparazione sicuramente più elaborata delle precedenti, ma che ci riporta alla tradizione e al prodotto più democratico e popolare per antonomasia: il pane pugliese. La fragranza, la croccantezza e il profumo del pane si diffonde anche tra le pareti di casa grazie a questa ricetta con variante ai cereali:

Ingredienti per il poolish:

1000 g di “Le Semole d’autore” per pizze e focacce
130 g di lievito di madre rinfrescata
100 g di acqua

Ingredienti per l’impasto:

Tutto il poolish
400 g di Farina Multicereali “Racconti del campo”
200 g acqua
1 cucchiaio di zucchero di canna
10 g di sale

Procedimento

La sera prima preparate il poolish mettendo in una ciotola tutti gli ingredienti e lavorateli con una forchetta fino a ottenere un composto liscio e omogeneo. Coprite con un foglio di pellicola e lasciate lievitare a temperatura ambiente tutta la notte.
Il giorno dopo preparate l’impasto: versate in una ciotola il poolish, aggiungete l’acqua e la farina. Mescolate a bassa velocità per pochissimi minuti (4-5 al massimo) e lasciate riposare per un’oretta circa.Trascorso il tempo aggiungete lo zucchero e poi il sale e lavorate fino a quando l’impasto non risulterà liscio e incordato.
Su un piano leggermente infarinato, formate un panetto, mettetelo in una ciotola leggermente unta. Coprite con pellicola trasparente e lasciate lievitare lontano da correnti d’aria per un paio d’ore.
Trascorso il tempo, rovesciate su un piano e schiacciate leggermente l’impasto formando un rettangolo di pasta. Ripiegatelo su stesso, facendo una serie di pieghe.
Arrotolate poi, formando così un panetto, coprite con una ciotola e fate riposare per un'ora.
Ripetete l’operazione e lasciate riposare per un’altra mezz’ora almeno, sempre coperto.
Trascorso il tempo, schiacciate l’impasto leggermente, date la forma di un filoncino e appoggiatelo in uno stampo da plumcake.
Lasciate lievitare in forno spento fino a quando avrà raddoppiato il suo volume.

Cuocete in forno preriscaldato a 200°C per 30 minuti, con un pentolino d’acqua posto alla base del forno. Trascorso il tempo, togliete l’acqua e continuate la cottura per altri 20 minuti circa a 180°C.

Spegnete e lasciatelo riposare per qualche minuto nel forno spento con lo sportello semiaperto. Sformate e fate raffreddare su una griglia.

Cinque ricette, cinque segreti di convivialità da gustare fino all’ultima briciola firmate dal maestro panificatore Matteo Cavuoto.