

Tutto sul Poolish e Biga



In Italia esistono tre principali metodi di lavoro dell'impasto:

- Il metodo diretto consiste nell'impastamento di tutti gli ingredienti in un'unica fase.
- Il metodo semidiretto con pasta di riposto consiste nell'impastamento in un'unica fase, ma adoperando pasta di riposto (un pezzo dell'impasto avanzato da quello precedente, che ha maturato un certo periodo di fermentazione e contiene tutti gli ingredienti di un impasto normale).
- Il metodo indiretto prevede due fasi: nella prima si prepara un preimpasto (che può essere biga o polis) nella seconda si aggiungono ai preimpasti, precedentemente fermentati, tutti gli altri ingredienti.

I due preimpasti principali sono la biga e il polis

La biga

È un preimpasto asciutto, che di conseguenza può avere ore di fermentazione (da 16 a 48), ottenuto con farina acqua e lievito. La preparazione della biga richiede di farine forti con un valore superiore ai 300w e un equilibrato rapporto tra resistenza ed elasticità (P/L, compreso tra 0,5 e 0,6)

Ingredienti per la biga:

Farina 00 forte 100% = 10kg

Acqua 44% = 4,4 litri

Lievito compresso 1% = 100 grammi

Gli ingredienti della ricetta della biga, preparata senza impegno di fermo biga, possono cambiare a seconda della stagione (e la temperatura dell'ambiente) Per esempio con il crescere della temperatura la percentuale di lievito viene ridotta dall'1% allo 0,7% del peso della farina.

La quantità di acqua può essere aumentata (fino al 50% in inverno) o diminuita (fino al 40-42% in estate).

Inoltre nei giorni molto caldi, soprattutto se la biga viene lasciata fermentare a temperatura ambiente, si può aggiungere sale (0,5%) o vitamina c (0,01% del peso della farina) per impedire la sua eccessiva fermentazione. La temperatura finale per una biga al termine della miscelazione deve essere abbastanza bassa, intorno a +20+21°C.

I tempi di impastamento sono molto brevi circa 3-5 minuti e non risulta essere liscia e omogenea ma abbastanza grumosa.

La temperatura per la fermentazione della biga varia in funzione del tempo. Per esempio, per le bighe corte (16-20 ore di fermentazione) la temperatura deve essere mediamente di +18°C (+16+17° c in estate e 18+20° in inverno). Questa temperatura è ideale per ottenere una biga di buona qualità e con un buon livello di maturazione determinata dal rapporto ottima di 3:1 degli acidi lattico e acetico.

Invece per le bighe lunghe (48 ore di fermentazione) la temperatura deve essere bassa (+4°), escluse le ultime 24 ore che richiedono una temperatura di +18°C.

Il poolish

A differenza della biga, il poolish è un preimpasto liquido ottenuto da farina e acqua (in egual quantità) e lievito compresso. La quantità di lievito da aggiungere varia in base al tempo di fermentazione e alla temperatura dell'ambiente

1-2 ore : 2,5-3%

4-5 ore: 1,5%

7-8 ore: 0,5%

10-12 ore: 0,2%

15-18 ore: 0,1%

Esempio di poolish con fermentazione di 2 ore:

Farina 00 di forza media 100% 1kg

Acqua 100% 1Litro

Lievito compresso 2,5% 25g

Il poolish deve avere una temperatura di +23+25°C mentre quella necessaria per la sua fermentazione è più bassa, intorno a +20+22°C.

Fonte: Panificando