

¿A qué saben las nubes?

FOUGASSE

Ingredientes:

500 gr de harina de fuerza

20 gr de sémola gruesa

15 gr de levadura fresca

1 cucharadita de sal

50 gr de aceite de oliva virgen extra afrutado

320 ml de agua

harina de maíz (para espolvorear sobre la fougasse antes de hornear)

1.- En una ensaladera grande colocamos la harina de fuerza, la sémola (que dará una textura más crujiente a la fougasse en su interior), y la levadura. Frotamos con las manos hasta integrar la levadura con la harina y la sémola. Añadimos la sal y mezclamos con las manos. Precalentamos el horno a 250 grados centígrados.

2.- Con amasadora:

a.- Añadimos el agua y el aceite, y comenzamos a mezclar bien con la amasadora. Amasamos durante 4 o 5 minutos, hasta que quede una masa bien formada y elástica.

b.- Sacamos la masa a la superficie de trabajo ligeramente enharinada y terminamos de amasar con las manos. Formamos una bola con la masa y la dejaremos reposar durante una hora en un recipiente enharinado, cubierta y en un sitio cálido.

2.- Amasado a mano:

a.- Mezclaremos bien el agua y el aceite con la harina y la sémola, y ayudándonos de una rasqueta sacamos la masa a la superficie de trabajo ligeramente enharinada y la amasamos de tal manera que vayamos incorporando aire. Metemos las manos por debajo de la masa con los pulgares por encima, y la dejamos caer sobre la mesa al mismo tiempo que sujetamos un extremo, de tal manera que podamos doblarla sobre sí misma. De esta manera vamos incorporando aire, y comenzará a volverse elástica y moldeable.

b.- Una vez que la masa esté firme y manejable, formaremos una bola con ella y la dejaremos reposar durante una hora en un recipiente enharinado, cubierta y en un sitio cálido.

3.- Pasado el tiempo de reposo, volcamos la masa sobre la superficie de trabajo y la desgasificamos apretándola con los puños, y le damos a la masa forma de disco plano. Una vez hecho esto la trasladamos a una placa cubierta con papel de horno.

4.- Con una paleta de plástico duro, o con un cuchillo bien afilado, realizamos unos cortes en la masa asegurándonos de llegar hasta la superficie de trabajo. En este caso yo he realizado unos cortes en forma de estrella, pero podemos utilizar otro diseño. Eso sí, más valen pocos cortes y claros, que un complicado dibujo que se pierda cuando leve el pan.

5.- Con las manos abrimos los cortes para que se ensanchen. Dejamos levar la masa durante 30 minutos. Una vez terminado el levado espolvoreamos con harina de maíz, de un bonito color amarillo.

6.- Bajamos la temperatura del horno a 220 grados. Vaporizamos el interior del horno con agua para que se forme una corteza crujiente y metemos inmediatamente la placa con la fougasse dentro. Dejamos que se hornee de 12 a 14 minutos, hasta que adquiera un bonito tono dorado.