

# PÂTE POUR PIZZA NAPOLITAINE

## Pizza



### INGRÉDIENTS

- 900 g Farine
- 1/2 g sachet Levure  
boulangère
- 500 ml Eau
- 25 g Sel



3 personnes



30 min



Économique



Très facile

### PRÉPARATION

1. Dans un grand bol verser toute l'eau et le sel en mélangeant
2. Ajouter environ 100g de farine et la levure. Remuer avec une cuillère en bois
3. Verser progressivement la farine, mélanger avec la cuillère pour qu'elle soit complètement absorbée par l'eau. Continuer jusqu'à ce que la farine soit complètement absorbée. Cela peut durer environ 10 minutes
4. Le moment est venu d'utiliser vos mains pour pétrir. Le mouvement doit être circulaire. Prendre la pâte par le bas, la soulever, l'amener vers le haut et la presser sans exagérer avec la paume vers le bas. Continuer ce mouvement jusqu'à ce que toute la farine ait été absorbée, et que la pâte se détache des parois du récipient
5. Transférer la pâte sur le plan de travail et la pétrir à deux mains, pendant au moins quinze minutes.
6. Pétrir jusqu'à ce que la pâte devienne lisse et élastique. La pâte sera humide au toucher sans coller aux mains. En appuyant avec un doigt, les trous se combleront
7. Couvrir avec un torchon humide et laisser lever dans un endroit protégé entre 24 et 26 degrés. La pâte mettra environ 2 heures à lever et à doubler de taille car cette recette utilise peu de levure. Les enzymes commencent à transformer l'amidon en sucres plus simples et les protéines en acides aminés plus courts. La pâte sera plus digeste
8. Une fois que la pâte a doublé, repasser la pâte sur le plan de travail, et avec les deux mains former une boule de pâte. Former les boules d'environ 200 grammes. Se servir d'une balance pour vérifier le poids
9. Placer les boules dans un récipient pour la phase de levée suivante, de 4 à 6 heures
10. Pour étaler la pâte, disposer un peu de farine sur le plan de travail, transférer la boule de pâte. Étendre la pâte et lui donner la forme de pizza, l'air contenu dans la pâte est poussé vers la croûte. Celle-ci sera plus gonflée que la partie centrale. Utiliser les doigts et pousser l'air vers les bords. Faire tourner la pizza pour le faire de façon homogène
11. Selon le four dont on dispose, préchauffer le four au maximum pendant environ 5 minutes, poser la pizza en bas du four sans activer la fonction de chaleur tournante, et cuire entre 5 et 10 minutes selon votre four
12. La pizza est cuite lorsque la croûte et la base se sont colorées. La vraie pizza napolitaine cuit de façon inégale, certaines zones étant plus cuites, voire parfois un peu brûlées, que d'autres