

# Paine artizanală



Paine artizanală nu credeam ca voi face vreodata, dar iata-ma si in postura asta! ☐

Zilele astea, in America, s-a declansat un fenomen „No Need To Knead Bread”, care se refera la o metoda foarte simpla de a face paine, o paine buna cum numai bunicile de la tara stiu s-o faca! ☐ Reteta e foarte simpla, nu iti rapeste mult timp, doar „un pic” de rabdare pentru ca dospitul dureaza intre 14 pana la 30 de ore ☐

## Ingrediente:

- 450 gr faina (orice fel, nu e nevoie de faina speciala)
- 1/4 lingurita de drojdie uscata
- 1 1/4 lingurita de sare

▪ 360 ml de apa

Va arat si o mica sectiune, pentru a fi sigura ca o veti incerca! ☐



### **Mod de preparare:**

Primul pas: faina, sarea si drojdia se amesteca. Se adauga apa calduta si se amesteca doar pana se omogenizeaza aluatul. Se acopera cu folie de plastic si se lasa in bucatarie timp de 14-16 ore, sau daca e vara si cald se poate pune in frigider pana a doua zi.

Ceea ce e deosebit e faptul ca poti jongla cu orele, o framanti seara( framantat e un fel de a spune, fiindca nu ia mai mult de 30 secunde tot framantatul) si socotesti orele pentru a doua zi cind vii de la lucru sa continui cu restul. Se poate lasa la dospit pana

la 30 de ore.

Pasul doi: se rastoarna aluatul pe masa presarata cu faina si se incearca sa i se dea forma de paine (pana la urma, nu prea are importanta ce forma va avea, pentru ca trebuie doar sa scoatem putin aerul din ea); painea se lasa la dospit alte 2 ore.

In continuare, se incalzeste cuptorul la 220 grade C (ideal ar fi 260 grade C ).

Se pune in cuptor tava in care se va coace painea, pentru ca trebuie sa fie fierbinte atunci cand se rastoarna aluatul in ea! E recomandat sa folositi o cratita cu capac sau una de teflon (se poate pune si direct in tava fara capac, nu e nici o problema, nu se lipeste deloc de tava). Intr-un final, puteti folosi orice fel de tava □ , dar retineti ca nu trebuie unsa! Eu chiar am pus putin apa in tava.

Painea se coace pentru cca. 30 de minute, acoperita (pt o crusta mai buna) si inca 15 min descoperita (in total 45 minute). Se poate coace si direct in tava de prajitura.

Painea e nemaipomenit de gustoasa si avand in vedere faptul ca nu trebuie sa ne spetim facand-o □ , as zice ca e perfecta! Pentru prima incercare de felul asta, cel putin :))



*Laura Sava*

O alta idee minunata de paine facuta in casa gasiti aici: **Paine fara drojdie, cu iaurt**

Reteta preluata de la Maria Apascaritei