

Come fare il lievito madre con acqua e farina

Autore: Redazione

Data: 25 Marzo 2020



Oggi scopriremo insieme **come fare il lievito madre con acqua e farina**. Il **procedimento** è molto semplice ma, come è facile intuire, richiederà un po' di tempo di attesa e una serie di ripetizioni.

Grazie al vostro [lievito](#) madre fatto in casa potrete realizzare [pane](#) a lievitazione naturale, ma anche [pizze](#), focacce, torte salate e **brioche** con la pasta madre.

Vi consigliamo di utilizzare una farina di grano tenero di tipo 0, meglio se biologica: ad ogni modo, andrà benissimo anche quella non biologica.

Lievito madre fatto in casa con acqua e farina

Ingredienti

- 200 g di farina
- 100 ml di acqua

Procedimento

1. Versate in una ciotola (meglio se trasparente) la farina e aggiungete a poco a poco l'acqua.
2. Mescolate con un cucchiaino e impastate un po': il risultato sarà morbido.
3. Coprite la ciotola con un telo da cucina leggermente inumidito e conservate a temperatura ambiente fino a giorno seguente.
4. Il panno eviterà la formazione di una crosticina ruvida e scura sulla superficie dell'impasto. Qualora si formasse comunque, eliminatela con delicatezza.
5. Una volta trascorse 24 ore dal primo impasto, aggiungete nella ciotola 100 grammi di farina e 50 millilitri di acqua.
Impastate e fate riposare ancora per un giorno.
6. Il terzo giorno eseguite un nuovo rinfresco con 50 grammi di farina e un po' di acqua (circa 25-30 millilitri). Tutto deve essere lavorabile, ma non troppo liquido.
7. Tenete sotto controllo l'impasto. Coprite con un panno umido e fate riposare a temperatura ambiente.
8. Se il vostro impasto a un buon odore, non troppo acido, potete eseguire i rinfreschi (come al punto 6, quindi il terzo giorno) un giorno sì e uno no. Diversamente, eseguiteli tutti i giorni.
9. Prima che il vostro lievito madre diventi utilizzabile per prodotti da forno che non necessitano di lievitazione (come i grissini), devono passare circa 15 giorni dal primo impasto.
10. Dopo 1 mese dal primo impasto, noterete che la lievitazione naturale starà avvenendo, perché si formeranno le tipiche bollicine del lievito madre: allora sarà pronto per preparare pane e pizza.
11. Il lievito madre fatto in casa va conservato in frigo, in un barattolo di vetro chiuso.
12. Ogni 7 giorni va effettuato un nuovo rinfresco e, in questa occasione, potrete approfittarne per preparare i vostri impasti.
Per rinfrescare, tirate fuori il barattolo dal frigo e fatelo riposare almeno un'ora, quindi aggiungete 100 grammi di farina e 50 millilitri d'acqua. Impastate. Metà della pasta madre va messa nel barattolo, mentre l'altra metà deve raddoppiare il proprio volume. Poi potrà essere utilizzata per qualsiasi tipo di lievitato. Dopo il rinfresco, la pasta madre va tenuta a temperatura ambiente per 1 ora: solo dopo può essere riposta in frigo.

Riferimento articolo: <https://www.siciliafan.it/come-fare-il-lievito-madre/>

Generato il 24/04/2025