



Ciasto do pizzy na zakwasie



Ilość porcji: 4 pizze (około 260g kulka ciasta)



20 minut

Składniki na 4 kulki ciasta (ok 260g każda)

- 150 g aktywnego zakwasu
- 375 g wody
- 450 g mąki typu 00
- 150 g mąki Manitoba
- 18 g soli

Przygotowanie

1. Przygotowanie ciasta

Upewnij się, że zakwas jest aktywny i znajduje się w szczytowej fazie swojej aktywności. Wymieszaj wodę z mąką i pozostaw na 30 minut do autolizy. Następnie dodaj zakwas oraz sól. Wyrabiaj ciasto przez 5–7 minut, aż stanie się gładkie i elastyczne. Pozostaw ciasto w temperaturze pokojowej na 1 godzinę, aby rozpocząć fermentację.

2. Formowanie i fermentacja

Po wstępnym odpoczynku podziel ciasto na kulki o wadze około 260 g każda i delikatnie je uformuj. Umieść kulki w pojemniku lub na tacy, przykryj i wstaw do lodówki na 24–72 godziny. Długi czas chłodnej fermentacji pozwoli uzyskać lepszą strukturę, smak i lekkostrawność ciasta. Wyjmij kulki z lodówki na około 1 godzinę przed pieczeniem, aby mogły się lekko ogrzać i rozluźnić.

Jak przygotować ciasto na pizzę na zakwasie?

Przygotowanie ciasta na pizzę na zakwasie wymaga przede wszystkim cierpliwości i dobrze aktywnego zakwasu. Kluczowe znaczenie ma zarówno autoliza, jak i odpowiednio długa fermentacja w lodówce, która rozwija smak oraz poprawia strukturę ciasta. Dzięki temu gotowa pizza może mieć lekkie, dobrze napowietrzone brzegi i bardziej złożony aromat niż w przypadku ciasta na drożdżach.

Najważniejsze etapy przygotowania

- Aktywny zakwas powinien być użyty w momencie największej aktywności.
- Autoliza, czyli wstępne połączenie wody z mąką, pomaga poprawić elastyczność ciasta.
- Dodanie soli i zakwasu po autolizie ułatwia dalsze wyrabianie.
- Długa fermentacja w lodówce przez 24–72 godziny poprawia smak i strukturę ciasta.

Odpoczynek przed pieczeniem ma znaczenie

Wyjęcie ciasta z lodówki na około godzinę przed pieczeniem pozwala kulkom osiągnąć bardziej plastyczną strukturę. Dzięki temu ciasto łatwiej się rozciąga i lepiej reaguje na wysoką temperaturę pieca. Zbyt zimne ciasto może być trudniejsze do formowania i mniej równomiernie wyrastać podczas pieczenia.

Kilka praktycznych wskazówek

- Najlepsze efekty uzyskasz, gdy zakwas jest dobrze dokarmiony i wyraźnie napowietrzony.
- Nie skracaj autolizy, ponieważ ten etap pomaga poprawić pracę z ciastem.
- Przy formowaniu kulek staraj się nie odgazowywać ciasta zbyt mocno.
- Im dłuższa fermentacja w lodówce, tym bardziej rozwinięty smak gotowego ciasta.