

Descrizione

Lievito *Saccharomyces pastorianus* in crema.

Questo lievito viene sviluppato utilizzando fattori di crescita naturali come gli aminoacidi e le vitamine del gruppo B provenienti dall'autolisato di lievito di nostra produzione in alternativa all'ammoniaca usata nel classico processo del lievito industriale.

Il naturale contenuto di cisteina, glicina, ed acido glutammico, è di aiuto al nostro organismo nel produrre antiradicali liberi come ad esempio il glutatione. Metabolizza zuccheri complessi come il maltosio, rendendo più digeribili i vari prodotti da forno.

Specifiche tecniche

- **Lievito fresco e naturale al 100%.**
- **Non contiene glutine.**
- Senza conservanti né antiossidanti.
- Temperatura di lievitazione: 20-30°C
- Concentrazione cellulare: 2,0-4,0 x 10⁹ UFC/g
- Disponibile, su richiesta, anche con CERTIFICAZIONE BIOLOGICA

Applicazioni

Adatto alla produzione di altissima qualità di: pane, pizza, focacce.

Modalità di preparazione

Togliere il lievito dal frigorifero cinque minuti prima dell'uso e stemperarlo in acqua a 20°C con un cucchiaino di zucchero ogni mezzo chilo di farina (es.: 150 g farina di Manitoba, 350 g farina "00", 310 ml di acqua).

Impastare e aggiungere il sale.

Attenzione: mai aggiungere il sale direttamente nel lievito. Lasciare lievitare da 3 a 24 ore.

I dosaggi possono venire modificati in base alle farine usate e all'esperienza dell'utilizzatore.

Dosaggio consigliato

Macchina per il pane con 2-3 ore di lievitazione: 25 g di lievito ogni 500 g di farina.

Lievitazione naturale di 5 ore: 20 g ogni 500 g di farina.

Lievitazione naturale di 8-12 ore: 12 g ogni 500 g di farina.

Lievitazione naturale di 24 ore: 12 g ogni 1000 g di farina.

Confezioni

Barattolo da 50 e 100 g

Flacone da 500 g e 1 kg

Durata e conservazione

Conservare in frigorifero alla temperatura di 3-4°C.

Periodo di conservazione: 90 giorni dalla data di produzione, come da scadenza riportata in etichetta.

No OGM conforme Reg. CE n. 1829/2003 e Reg. CE n. 1830/2003 e successive modifiche.

No Allergeni conforme Reg. CE n. 1169/2011 e successive modifiche.



ATECNOS
NATURAL YEAST COMPANY

INFORMAZIONI NUTRACEUTICHE

CREMA DI LIEVITO

Il lievito da bere

Questo lievito viene sviluppato utilizzando fattori di crescita naturali come gli aminoacidi e le vitamine del gruppo B (da autolisato di lievito autoprodotta) in alternativa all'ammoniaca e all'acido solforico usati, invece, nel processo del lievito industriale.

Questo lievito si configura con un vero e proprio **superfood** grazie al suo straordinario valore nutrizionale.

È caratterizzato da un elevato contenuto di vitamine del gruppo B, proteine, aminoacidi, enzimi e oligoelementi essenziali come lo zinco ed il rame.

Il suo consumo è particolarmente indicato per contrastare **la stanchezza cronica e durante i periodi di maggior stress psico-fisico.**

L'effetto benefico è particolarmente visibile nei casi di unghie fragili e di capelli privi di tono.

Supplemento naturale ideale per la donna dopo il parto per prevenire l'indebolimento dei capelli, una condizione molto frequente.

CREMA DI LIEVITO esercita una azione benefica per i problemi della pelle quali, acne, pelle grassa e dermatite.

La parete cellulare è ricchissima di 1,3 betaglucani, dei polisaccaridi indigeribili che esercitano una importante azione funzione immunostimolante.

Quando i betaglucani entrano in circolo, inducono l'attivazione di importanti cellule immunitarie (neutrofili e linfociti NK).

L'assunzione di betaglucani aiuta gli sportivi a ridurre l'incidenza dei comuni fastidi (es. alle vie aeree superiori) frequenti a seguito di attività fisica intensa, soprattutto outdoor.





- D** Questo lievito si conserva in frigorifero o in freezer?
- R** Il lievito si conserva in frigorifero alla temperatura di +4°C. Non va assolutamente conservato in freezer. **Controllate la temperatura del vostro frigorifero, perché spesso si è convinti di avere la giusta temperatura, ed invece è molto più alta (6-9°C).**
- D** Lo devo sciogliere in acqua calda?
- R** No assolutamente, il lievito non è secco, è un lievito vivo. Diluire in acqua a 20°C, non maggiore di 22°C. Temperature superiori ai 32° C, per esempio, lo danneggerebbero irreversibilmente. Il lievito va diluito nella stessa acqua che verrà poi usata per impastare insieme allo zucchero. Lo zucchero verrà utilizzato dal lievito sia come suo nutrimento (replicazione cellulare) sia per trasformarlo in alcool. Tale alcool, evaporerà durante la cottura e contribuirà a rendere il pane più soffice e profumato.
- D** Come posso utilizzare una giusta quantità di lievito se non ho la bilancia?
- R** **Un cucchiaino da tè colmo corrisponde a circa 5 grammi di lievito, mentre un cucchiaio da minestra colmo corrisponde a 14 grammi circa.**
- D** Se uso una quantità di lievito maggiore di quella consigliata, cosa succede?
- R** Questo lievito ha un'attività probiotica. L'uso di una quantità maggiore rispetto a quella consigliata, porta molti benefici dal punto di vista digestivo. Una quantità maggiore di lievito nell'impasto influisce positivamente sull'aroma e sulla fragranza del pane, della pizza e della focaccia.
- D** Posso usare il lievito dopo la data di scadenza?
- R** Sì. Il lievito mantiene le caratteristiche di lievitazione anche per più di tre mesi. Un Decreto legge italiano del 1977 (non recepito dalla UE) stabilisce che i prodotti definiti "freschi" non debbano avere una durata superiore ai 90 giorni. All'inizio della produzione di questo speciale lievito da pane (marzo 2020) in via cautelativa abbiamo fissato la scadenza del prodotto a 60 giorni; successivamente, dopo ripetute analisi microbiologiche, abbiamo appurato che la sua vitalità rimane inalterata anche dopo i 90 giorni e più.
- D** Se mi avanza del lievito, anche di 6 mesi, lo devo buttare?
- R** No. Il lievito può essere utilizzato come integratore alimentare (apporta aminoacidi e vitamine del gruppo B) a beneficio della crescita dei capelli. Può essere usato anche come maschera per il viso. Applicare la crema di lievito sulla pelle del viso come una comune maschera. Lasciar agire per 20 minuti, quindi eliminare con un detergente-viso e risciacquare. La pelle risulterà idratata e tonificata.
- D** Il lievito si può bere?
- R** Sì. È un valido integratore alimentare. Apportando all'organismo aminoacidi e vitamine del gruppo B totalmente naturali, può sostituire validamente integratori alimentari in pillole.



DOMANDE PIÙ FREQUENTI

D Perché il tappo del barattolo ha una membrana traspirante?

R Questo lievito è lievito VIVO.

All'interno della sua cellula il lievito, durante la fase riproduttiva, accumula il trealosio che è uno zucchero di sostentamento. Il lievito, per tenersi vivo, assimila lentamente per sei mesi tale zucchero producendo modeste quantità di anidride carbonica. Nel caso il lievito fosse mantenuto in frigorifero a temperature più alte di 4 °C, tale gas si libererà spontaneamente e troverà via di uscita attraverso la membrana senza mandare in pressione il barattolino.

D Il gas potrà solo uscire e nulla potrà entrare all'interno del barattolo.

D L'impasto non è lievitato bene. Cosa ho sbagliato?

R Una lievitazione parziale può essere causata da una temperatura eccessiva dell'acqua nella quale il lievito viene sciolto (la temperatura dell'acqua non deve essere superiore ai 20° C), dal contatto con il sale che appunto non deve mai entrare a diretto contatto con la crema di lievito, da una temperatura troppo bassa di lievitazione o da una quantità non sufficiente di lievito.



Ingredienti per la biga

La biga è un pre-impasto utilizzato nella panificazione che consente al pane di conservare tutti i nutrienti della farina anche dopo la cottura e che conferisce al pane una migliore friabilità e un maggiore profumo.

La biga va preparata 24 ore prima

- 100 grammi di farina tipo 0
- 7 grammi di crema di CREMA DI LIEVITO (pari circa ad un cucchiaino da the)
- 70 g di acqua a temperatura ambiente
- 10 g di olio d'oliva

Preparazione della biga

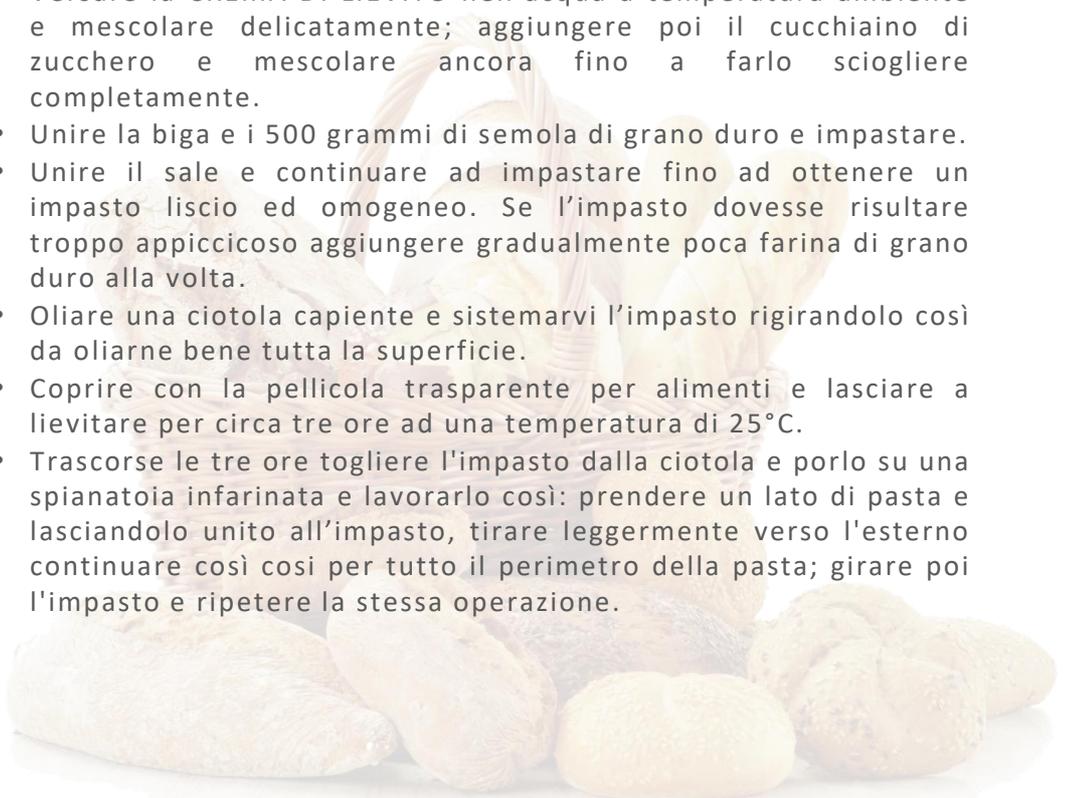
- Versare la CREMA DI LIEVITO nell'acqua a temperatura ambiente e mescolare delicatamente.
- Amalgamare la farina e impastare.
- Spennellare il piccolo impasto della biga con l'olio d'oliva e trasferirlo in una ciotola in ceramica; coprire la ciotola con della pellicola trasparente e lasciare in lievitazione per 24 ore ad una temperatura di 25° circa.

Ingredienti per l'impasto

- 350 grammi di acqua a temperatura ambiente.
- 25 grammi di crema di CREMA DI LIEVITO
- 1 cucchiaino di zucchero
- La biga precedentemente preparata
- 500 grammi di farina semola di grano duro
- 1 cucchiaino di sale
- 10 grammi di olio extravergine di oliva

Preparazione dell'impasto

- Versare la CREMA DI LIEVITO nell'acqua a temperatura ambiente e mescolare delicatamente; aggiungere poi il cucchiaino di zucchero e mescolare ancora fino a farlo sciogliere completamente.
- Unire la biga e i 500 grammi di semola di grano duro e impastare.
- Unire il sale e continuare ad impastare fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo. Se l'impasto dovesse risultare troppo appiccicoso aggiungere gradualmente poca farina di grano duro alla volta.
- Oliare una ciotola capiente e sistemarvi l'impasto rigirandolo così da oliarne bene tutta la superficie.
- Coprire con la pellicola trasparente per alimenti e lasciare a lievitare per circa tre ore ad una temperatura di 25°C.
- Trascorse le tre ore togliere l'impasto dalla ciotola e porlo su una spianatoia infarinata e lavorarlo così: prendere un lato di pasta e lasciandolo unito all'impasto, tirare leggermente verso l'esterno continuare così per tutto il perimetro della pasta; girare poi l'impasto e ripetere la stessa operazione.



- Adagiare l'impasto su della carta da forno precedentemente spolverizzata di farina di semola di grano duro e dare la forma al pane. Coprirlo poi con della pellicola trasparente leggermente oliata e lasciare a lievitare ancora per circa un'ora ad una temperatura di 25°C; l'impasto arriverà a raddoppiare il volume.
- Scaldare il forno a 220°C e, una volta raggiunta questa temperatura, praticare sull'impasto (con coltello o forbice da cucina) 3 tagli trasversali e trasferire la pagnotta direttamente nella carta da forno sulla leccarda del forno calda.
- Mettere l'impasto in forno; non chiudere subito lo sportello del forno, ma tenerlo appena un poco aperto per un minuto, poi richiuderlo e portare il termostato a 200°C.
- Cuocere per circa 50 minuti. Se durante la cottura il pane diventa troppo scuro abbassare la temperatura del forno a 180°C. È possibile, durante i primi 10 /15 minuti di cottura, inserire all'interno del forno un pentolino con dell'acqua: questo accorgimento ritarda la formazione della crosta e il pane si cucinerà meglio.



INGREDIENTI per 2 teglie da forno

PREPARAZIONE

Alta e morbida o bassa e croccante... di pizza ce n'è per tutti i gusti!
La ricetta di base è semplice e si prepara con pochi ingredienti: acqua, farina, olio, sale e...lievito.

Ma il lievito in questo caso, fa la differenza!

Con la CREMA DI LIEVITO preparerete in casa una pizza davvero unica, soffice e croccante allo stesso tempo, profumata ed estremamente digeribile!

Siete pronti per mettere le mani in pasta?

Ecco la nostra ricetta:

- 400 grammi di farina 00
- 200 grammi di farina Manitoba
- 330 grammi di acqua a temperatura ambiente
- 20 grammi di Crema di lievito Atecrem GL 73 Bioenologia 2.0
- 10 grammi di zucchero
- 20 grammi di olio extravergine d'oliva
- 10 grammi di sale

- Togliete dal frigorifero la CREMA DI LIEVITO qualche minuto prima di utilizzarla.
- Sciogliete il lievito nell'acqua a temperatura ambiente insieme allo zucchero.
- Mettete il mix di farine all'interno della ciotola dell'impastatrice e, con la macchina in funzione, aggiungete gradualmente l'acqua in cui precedentemente avete fatto sciogliere il lievito e lo zucchero.
- Mentre la macchina continua ad impastare, unite anche il sale e l'olio. Continuate a lavorare gli ingredienti fino a quando otterrete un impasto liscio ed omogeneo. In alternativa potete effettuare le stesse operazioni manualmente.
- Ottenuto un bel panetto, adagiatelo su un piano di lavoro e completate manualmente l'operazione di impasto in questo modo: immaginate che la sfera sia divisa in quattro parti, prendete l'estremità di ognuna, tiratela delicatamente e ripiegate verso il centro; ripetete l'operazione alcune volte e infine dategli la forma di una sfera.
- Trasferite l'impasto in una ciotola, copritelo con della pellicola trasparente e lasciatelo lievitare. Potete riporre la ciotola in forno spento, dove, via dall'aria e con un lieve tepore, la lievitazione sarà favorita.

N.B. I tempi di lievitazione sono approssimativi poiché in ogni impasto, la temperatura e le condizioni meteorologiche la influenzano: mediamente l'impasto dovrebbe impiegare circa 3/4 ore per raddoppiare di volume.

Il nostro consiglio, per un risultato eccellente, è comunque quello di effettuare una lievitazione ancora più lunga, 8/10 ore, ad esempio di preparare l'impasto al mattino per la sera.

Vi ricordiamo che la nostra Crema di Lievito è un prodotto del tutto NATURALE, non contiene sostanze chimiche, quindi l'impasto non si gonfia, ma, nel tempo, lievita in modo naturale.



- Trascorso il tempo di lievitazione lavorate ancora un po' l'impasto procedendo con la pirlatura: pirlare l'impasto significa farlo girare con le mani sul ripiano di lavoro allontanandolo e riportandolo verso di voi ripetutamente fino ad ottenere una sfera liscia e regolare.
- Dividete la sfera ottenuta in due panetti equivalenti, riponeteli poi in due ciotole sempre coperti con la pellicola trasparente e lasciate riposare ancora un'ora o due.
- Stendete infine l'impasto, guarnitelo a vostro piacere e cucinatelo in forno preriscaldato a 230°/250° per un tempo che può variare dai 12 ai 15 minuti; ognuno si regolerà in base al proprio forno e in base al grado di cottura desiderato.
- Sfornate la vostra pizza e... Buon appetito!

Chi l'ha sperimentata ci dice:

«La vostra Crema di Lievito... una volta provata, non si lascia più!»

QUALCHE SUGGERIMENTO

PREPARAZIONE

Il nostro impasto per la pizza si dice che è "tagliato", significa cioè che sono presenti due tipi di farine: la 00 e la Manitoba. In questo modo il valore proteico di una e quello dell'altra creano un valore equilibrato per ottenere la pizza. La farina di Manitoba, essendo una farina di forza sostiene l'impasto nella lunga lievitazione evitando che si sgonfi.

Tutte le farine assorbono l'acqua in modo diverso, quindi potete cambiare il mix proposto o usare farine diverse, ovviamente questo implica di doversi regolare diversamente con i liquidi della ricetta.

COTTURA

È molto importante che il forno sia già ben caldo.

È possibile stendere l'impasto su carta da forno infarinata e poi "rovesciarlo" nella leccarda calda appena appena un po' oleata e passata con la carta da cucina in modo da distribuire l'olio e assorbirne l'accesso; questo per evitare la cottura su carta da forno.

Risultato migliore si ottiene cucinando la pizza per i primi 10 minuti solo con la passata di pomodoro miscelata con un filo d'olio e aggiungendo la mozzarella ed altri eventuali ingredienti solo negli ultimi 2/3 minuti di cottura.



IL NOSTRO PAN BRIOCHE

INGREDIENTI

La realizzazione del pan brioche richiede diversi passaggi, ma sicuramente il risultato finale premia il lavoro!

- 2 uova intere (115 g circa)
- 270 g di farina 00
- 20 g di latte a temperatura ambiente
- 25 g di zucchero
- 135 g di burro ammorbidito
- 20 g di CREMA DI LIEVITO
- 5 g di sale fino

PER SPENNELLARE:

- Un tuorlo
- 10 g di panna fresca liquida

PER INFORNARE:

- Un quantitativo di burro sufficiente per imburrare la teglia

PREPARAZIONE

Innanzitutto, le ricordo che per preparare il pan brioche tutti gli ingredienti, rigorosamente pesati, devono essere a temperatura ambiente per poter garantire una riuscita perfetta.

- Per incominciare, all'interno della macchina impastatrice, setacci la farina con un colino

- Unisca la crema di lievito e lo zucchero e a seguire le uova leggermente sbattute e azioni l'impastatrice; le uova le versi un po' alla volta per permettere all'impasto di assorbirle gradualmente; proceda poi con il latte allo stesso modo, versandolo a filo.

- Mentre l'impastatrice è in funzione, versi il burro ammorbidito, anche questo poco per volta attendendo che ogni pezzetto sia incorporato prima di aggiungere il successivo.

- Per ultimo aggiunga il sale.

- Continui a lavorare l'impasto a velocità minima per circa 20 minuti. Alla fine l'impasto deve risultare elastico ed omogeneo.

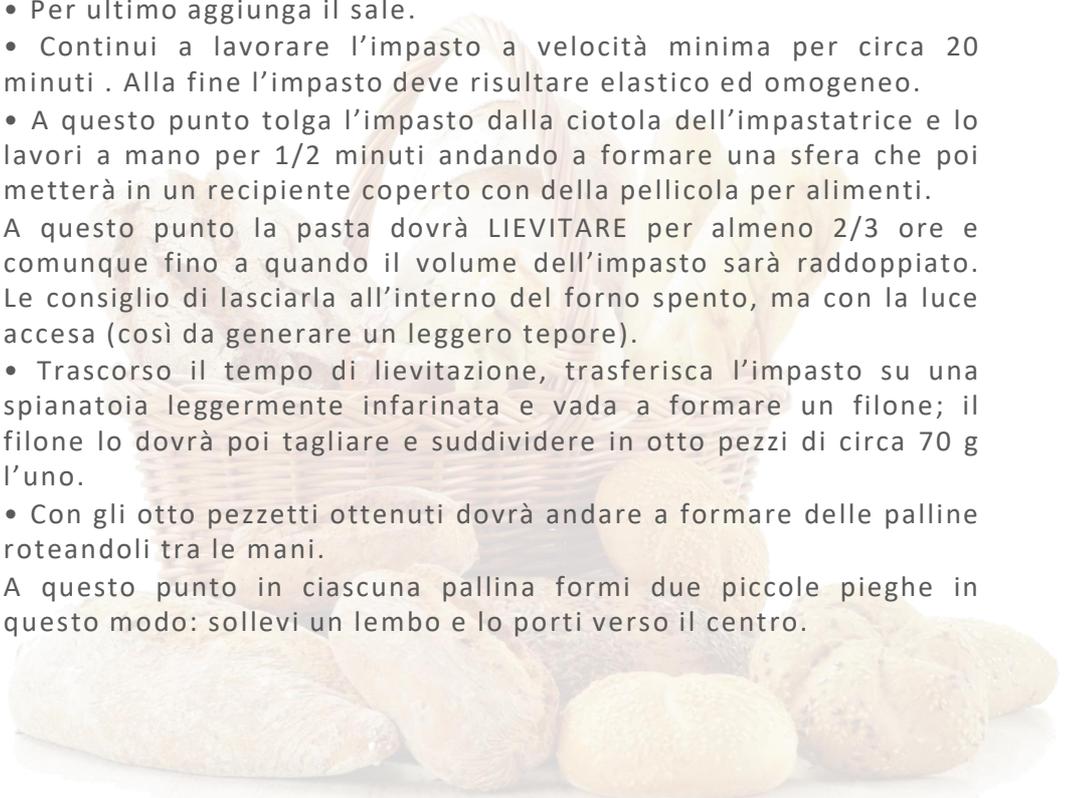
- A questo punto tolga l'impasto dalla ciotola dell'impastatrice e lo lavori a mano per 1/2 minuti andando a formare una sfera che poi metterà in un recipiente coperto con della pellicola per alimenti.

A questo punto la pasta dovrà LIEVITARE per almeno 2/3 ore e comunque fino a quando il volume dell'impasto sarà raddoppiato. Le consiglio di lasciarla all'interno del forno spento, ma con la luce accesa (così da generare un leggero tepore).

- Trascorso il tempo di lievitazione, trasferisca l'impasto su una spianatoia leggermente infarinata e vada a formare un filone; il filone lo dovrà poi tagliare e suddividere in otto pezzi di circa 70 g l'uno.

- Con gli otto pezzetti ottenuti dovrà andare a formare delle palline roteandoli tra le mani.

A questo punto in ciascuna pallina formi due piccole pieghe in questo modo: sollevi un lembo e lo porti verso il centro.





- Disponga ora le sfere con la parte delle pieghe rivolte verso il fondo in uno stampo da plum-cake imburato delle dimensioni di circa 26 × 11 cm; le disponga in due file da quattro palline ciascuna e le lasci LIEVITARE ANCORA per circa 2 ore e mezza, sempre coperte e lontano dall'aria (eventualmente dentro al microonde spento visto che il forno dovrà poi essere preriscaldato
Trascorso il tempo necessario per la seconda lievitazione, spennelli le sfere con un mix di tuorlo d'uovo sbattuto e la panna liquida.
- Cucini il pan brioche in forno statico preriscaldato a 170° per circa 35 minuti nella parte centrale del forno (è meglio non utilizzare il forno ventilato poiché l'impasto potrebbe risultare troppo asciutto). Se durante la cottura il pan brioche si scurisce troppo in fretta in superficie lo copra con un foglio di alluminio DOPO i primi 30 minuti di cottura. Prima di sfornarlo faccia la "provastecchino" per verificare che sia cotto.
- Dopo la cottura lo sforni, lo tolga dallo stampo di cottura e lo lasci raffreddare per una decina di minuti su una gratella prima di poterlo gustare. Se desidera rendere il pan brioche più profumato può aggiungere all'impasto la scorza di agrumi (come ad esempio di un'arancia o di un limone). Le ricordo inoltre che il pan brioche tende a seccare molto in fretta e che quindi va conservato dentro ad un sacchetto per alimenti e consumato entro 1/2 giorni.

