

# COMO ASSAR PÃO (NO ESTILO ALEMÃO / AUSTRIACO)

O pão que você vai assar é um típico "pão rústico" como fazemos aqui na Áustria e nas regiões do sul da Alemanha.

As instruções neste pdf são mínimas.

Neste vídeo explico detalhadamente cada passo:

<https://youtu.be/iya9k1CKBMQ>



## Antes de começar a assar, observe:

- Todos os tempos são apenas estimativas e podem variar. Siga as dicas que dou no vídeo (por exemplo, consistência correta, teste do golpe, teste da batida, etc.).
- Eu sempre meço em gramas e usei as seguintes conversões: 100 g de água = 1/2 xícara, 125 g de farinha = 1 xícara. As medidas podem variar dependendo dos ingredientes, por exemplo o tipo de farinha utilizada. Verifique se a massa está na consistência certa (como mostro no vídeo) e ajuste os ingredientes se necessário.
- A água que você usa deve ser potável.
- Certifique-se de que a massa fermentada esteja boa para consumo (sem mofo, cheiro forte, etc.). Em caso de dúvida, faça uma nova massa fermentada.
- E não se esqueça: se você tiver alguma dúvida ou problema, sinta-se à vontade para perguntar nos comentários. Vou tentar ajudar o máximo que puder. :)

## Preparar a massa fermentada

Dia 1: 50 g (0,11 lbs ou 1/4 xícara) de água + 50 g (0,11 lbs ou 1/3 xícara) de farinha de centeio

Dia 2: Adicione 50 g de água + 50 g de farinha

Dia 3: Adicione 50 g de água + 50 g de farinha

Dia 4: Adicione 50 g de água + 50 g de farinha

Dia 5: A massa fermentada ativadora está pronta

## Cuide da sua massa fermentada

Se você assar a cada 7 a 10 dias, não precisa fazer mais nada. Basta retirar um pouco da massa fermentada depois de maturada (antes de iniciar a massa do pão) e colocar na geladeira para guardar para a próxima vez.

Se você não vai assar pão nos próximos 7 a 10 dias, precisará alimentar sua massa fermentada ou ela morrerá.

Para alimentar a sua massa fermentada, pegue uma colher de sopa generosa de sua massa fermentada ativadora, misture com 50 g de farinha (de centeio) e 50 g de água. Deixe no exterior por cerca de 6 horas e depois coloque na geladeira.

### **Aprenda o básico: Pão de Fermento**

- 500 g (1,1 lbs ou 4 xícaras) de farinha de trigo.
  - 320 g (0,7 lbs ou 1 1/2 xícaras) de água (qualidade potável)
  - 15 g (0,033 lbs ou 1 colher de sopa) de sal
  - 2 g (0,0044 lbs ou 1 colher de sopa) de fermento seco ou, 5 g (0,011 lbs ou 2 colheres de sopa) de fermento fresco)
1. Faça uma massa com a água e a farinha e deixe descansar por 60 a 90 minutos.
  2. Adicione o fermento e o sal e amasse por 15 minutos.
  3. Deixe a massa crescer por 2 horas ou até quase dobrar de tamanho. Revolver a massa a cada 30 minutos.
  4. Forme um pão.
  5. O segundo crescimento: Uma hora ou até que a massa quase dobre de tamanho (faça o teste do golpe!).
  6. Pré-aqueça o forno e a assadeira a 250 °C (475 °F).
  7. Asse a 250 °C (475 °F) por 15 minutos. Em seguida, reduza a temperatura para 220 °C e asse o pão por mais 30 a 35 minutos (faça o teste de batida!).

### **Masterclass: Pão de Massa Fermentada**

Para fazer a massa fermentada ativadora:

- 100 g (0,22 lbs ou 3/4 xícara) de farinha de centeio
  - 100 g (0,22 lbs ou 1/2 xícara) de água
  - 1 colher de sopa bem cheia de sua massa fermentada
1. Misture e deixe descansar em temperatura ambiente por 6 a 8 horas.
  2. Retire uma colher grande de massa fermentada e guarde para a próxima oportunidade em que for assar um pão (mantenha na geladeira, não se esqueça de alimentá-la se não a usar regularmente, veja minhas dicas sobre como manter sua massa fermentada viva).

Massa:

- Massa fermentada ativadora
- 300 g (0,66 lbs ou 2 1/3 xícaras) de farinha de centeio
- 200 g (0,44 lbs ou 1 2/3 xícaras) de farinha de trigo
- 15 g (0,033 libras ou 1 colher de sopa) de sal
- 300 g (0,66 lbs ou 1 1/2 xícaras) de água morna
- Opcional: Levedura

1. Adicione todos os ingredientes e amasse por 5 minutos.
2. Cubra a vasilha e deixe a massa crescer em temperatura ambiente por cerca de duas horas ou até dobrar de tamanho. Se você não adicionou levedura, pode demorar duas ou três vezes mais se a sua massa fermentada estiver muito fraca.
3. Modele o pão e coloque-o em uma vasilha (ou cesta de fermentação).
4. Deixe crescer por 30 minutos.
5. Pré-aqueça o forno e a assadeira a 250 °C (475 °F).
6. Asse a 250 °C (475 °F) por 20 minutos. Em seguida, reduza a temperatura para 220 °C (425 °F) e asse por mais 30-35 minutos.

### **Receita Bônus: Biscoito de Massa Fermentada**

Se você não assar regularmente, precisará alimentar sua massa fermentada (veja o vídeo). Neste caso, você terá algumas sobras de massa fermentada. Se você não quiser jogar fora, aqui está minha receita favorita para aproveitar as sobras de massa fermentada:

- Sobras de massa fermentada
- 1 colher de sopa de manteiga amolecida
- Sal
- Um pouco de farinha (depende da quantidade de massa fermentada usada)

Misture a manteiga, um pouco de sal, massa fermentada e adicione a quantidade de farinha necessária até formar uma bola. Abra a massa e corte em quadrados. Se quiser, pode polvilhar com um pouco de água e adicionar sementes de gergelim ou ervas (como orégano ou alecrim).

Asse a 180°C (350°F) por cerca de 20 a 25 minutos.

PS: Nestes biscoitos, o objetivo principal da massa fermentada é dar sabor, por est motivo eu não deixo a massa crescer.