

Categoria: Antichi Sapori - Focacce e torte salate



Informazioni Generali

Preparazione: 100 min	Cottura: 20 min
Costo: Molto Basso	Difficoltà: Media

Il bretzel o pretzen è il saporito pane di origine alsaziana, uno dei simboli dei Paesi di lingua tedesca e del Sud-Tirolo dal caratteristico colore ambrato e dalla forma annodata e dall'inconfondibile sapore.

Il bretzel è cosparso di sale e per questo si accompagna molto bene con la birra, ma può essere aromatizzato anche con anice o cumino. Sui tavoli dei locali e dei bar lo si trova spesso impilato su appositi sostegni di legno fatti a croce.

I bretzel devono la loro forma caratteristica a "nodo allentato" alla loro origine: la leggenda narra che sia la merenda più antica del mondo, diffusi già nel 610.

Secondo la leggenda, a diffondere i bretzel sarebbero stati i monaci del Sud della Francia che li elargivano in premio ai ragazzi che riuscivano a imparare a memoria alcuni versi della Bibbia. Bretzel significherebbe infatti ricompensa e la loro forma ricorderebbe le braccia incrociate dei bambini, in atteggiamento di preghiera: i tre caratteristici buchi starebbero a indicare la Trinità. Il loro colore bruno invece si deve a un fornaio, che sfinito si addormentò davanti al forno mentre i bretzel stavano cuocendo, facendoli così bruciare.

Un'altra leggenda vuole che a inventare questo pane sia stato un fornaio molto amato dai suoi concittadini ma che finì in prigione per aver spergiurato contro il signore del paese che per ridargli la libertà gli chiese di inventare un pane in cui si potesse vedere tre volte la forma del sole.

Ci sono diverse ricette dei bretzel, sia dolci che salati, sottili e piuttosto secchi, oppure più spessi e morbidi, ottimi da riempire con insaccati per essere gustati a mo' di panino: questi ultimi sono quelli che vi proponiamo.



Per otto bretzel

» Acqua 270 ml	» Lievito di birra 25 gr
» Bicarbonato 3 cucchiaini	» Sale 12 gr
» Burro 50 gr	» Sale grosso in fiocchi q.b.
» Farina 500 gr	» Zucchero 12 gr

Preparazione



Per preparare i bretzel prendete una ciotola capiente e versateci la farina: al centro mettete il lievito di birra sbriciolato e lo zucchero (1). Aggiungete 50 ml di acqua tiepida e incamerate all'acqua una piccola quantità di farina (2) tanta quanta ve ne serve per ottenere un composto morbido. Lasciate lievitare in ambiente tiepido (3).



Aggiungete all'impasto il burro ammorbidito (4). Poi aggiungete la restante acqua tiepida in cui avrete disciolto il sale (5) e cominciate a impastare il composto con le mani (6).



Lavorate finché non sarà morbido e non si attaccherà più alle mani (7). Coprite la ciotola con una pellicola trasparente e lasciate lievitare per un'ora in ambiente tiepido (almeno 24 gradi). Quando l'impasto sarà lievitato (8) impastate di nuovo il composto (9) su di una spianatoia leggermente infarinata (l'impasto non si dovrà attaccare alle mani).



A questo punto dividete l'impasto in otto parti uguali e dategli la forma di cordoncini della lunghezza di 50 cm circa, lasciando le estremità più strette rispetto al centro (10). Date poi al cordoncino la tipica forma "a nodo lento" incrociando le due estremità (11-12).



Una volta che avrete dato la forma ai vostri bretzel, appoggiateli su un canovaccio infarinato e lasciate lievitare per altri 20 minuti. Nel frattempo mettete a bollire quattro litri d'acqua, e quando avrà raggiunto il bollore, aggiungete 3 cucchiaini di bicarbonato (14). Aiutandovi con una schiumarola, adagiate i bretzel, non più di due alla volta, in acqua fino a che non saranno lucidi (15) (30-40 secondi).



Scolateli con la schiumarola (16), appoggiatele con il bretzel su un canovaccio per asciugare l'acqua in eccesso (17), e poi fatrlo scivolare su una teglia ricoperta di carta da forno, quindi cospargeteli di sale grosso (oppure in fiocchi), su tutta la superficie. Infornate i bretzel per 20 minuti a 220 gradi, e poi sfornateli quando saranno diventati bruni.

Consiglio

Al posto del sale, potete cospargere i bretzel anche con semi di cumino, papavero o anice. Vi consigliamo di non conservarli in una scatola di latta o comunque al chiuso perché il sale potrebbe renderli troppo molli; meglio appenderli con un filo e lasciarli seccare.