

Pizza prosciutto e fichi: la ricetta con l'impasto super digeribile



di Rina Zamarra - 01/08/2019 10:48 | aggiornato 01/08/2019 10:53

La pizza prosciutto e fichi ha un sapore particolare dovuto alla dolcezza della frutta e alla sapidità del prosciutto: prova la ricetta con lievitazione di 24 ore.



La **pizza prosciutto e fichi** affonda le sue radici nell'impero romano. Furono i romani, infatti, a inventare questo piatto e a mangiarlo come spuntino. Oggi, è considerato una sorta di street food che a Roma si consuma per tutto il periodo estivo, settembre incluso.

La stagionalità della pizza è dovuta ai fichi, che devono essere freschi. Sono proprio loro l'ingrediente che aggiunge una nota di sapore in più alla pizza. Il dolce dei fichi, infatti, viene esaltato dall'abbinamento con la sapidità del prosciutto crudo.

Pizza prosciutto e fichi: la ricetta

La pizza prosciutto e fichi si differenzia da quella classica per l'**assenza di pomodoro e mozzarella**. Nella nostra versione, però, abbiamo aggiunto la mozzarella per renderla più ricca e saporita. Il pomodoro, invece, è bandito perché questa pizza deve essere bianca.

La preparazione richiede due giorni perché i tempi di **lievitazione corrispondono a 24 ore in frigorifero**. Grazie a questa lunga lievitazione, l'impasto risulterà più digeribile e aromatico. Scegli anche con cura la farina da utilizzare. Quella 0 va più che bene. Se non hai la farina 0 in dispensa, evita di sostituirla con quella 00 perché è troppo debole e non assorbe bene i liquidi previsti dall'impasto.

Infine per quanto riguarda la farcitura, compra dei fichi piccoli maturi. Purtroppo si tratta di un frutto che deperisce presto. Questo significa che per preparare la pizza prosciutto e fichi devi organizzare bene i tempi. I fichi maturi potrai tenerli in frigorifero solo per un paio di giorni!

Informazioni

Difficoltà

Facile

Metodo di cottura

In forno

Categoria

Pizza e focacce

Preparazione

30 minuti

Cottura

25 minuti

Tempo totale

55 minuti

Dosi

8 persone

Ingredienti

PER LA BASE

Farina 0

1 kg

Acqua

700 ml

Lievito di birra granulare

5 gr

Sale da cucina

1 pizzico

Olio extra vergine di oliva

q.b.

PER LA FARCITURA

Mozzarella

250 gr

Prosciutto crudo

150 gr

Fichi maturi

10

Preparazione

1. Inizia dalla preparazione dell'impasto. Versa in una ciotola capiente la farina, l'acqua, il lievito, un pizzico di sale e un filo d'olio.
2. Mescola con le mani fino ad amalgamare tutti gli ingredienti.
3. Trasferisci l'impasto su una spianatoia e lavoralo fino a ottenere un panetto liscio e omogeneo.

4. Forma una palla con l'impasto e fallo lievitare in frigorifero per almeno 24 ore.
5. Dividi il panetto in due parti uguali e mettili in due teglie tonde unte con l'olio per evitare che la pasta si attacchi. Usa delle teglie specifiche per pizza.
6. Stendi l'impasto fino ai bordi della teglia e inforna a 240 gradi per circa 25 minuti.
7. Mentre l'impasto cuoce, taglia la mozzarella a dadini e distribuiscila sulla pizza lasciando cuocere per 5 minuti.
8. Sforna le tue pizze e ricopri con fette di prosciutto e fichi tagliati in quattro.
9. Servi la tua pizza prosciutto e fichi calda e filante.

Pizza prosciutto e fichi: impasto napoletano

Ti piace la pizza alta napoletana? Allora puoi preparare una versione della pizza prosciutto e fichi con **impasto napoletano**.

Versa 500 ml di acqua a temperatura ambiente in una ciotola. Aggiungi 100 grammi di farina e 2 grammi di lievito. Mescola con un cucchiaino fino a completo scioglimento del lievito.

A questo punto, unisci gradualmente 800 grammi di farina senza mai smettere di mescolare. Non appena hai terminato di incorporare la farina, trasferisci l'impasto su una spianatoia e lavoralo con le mani fino ad avere un impasto liscio e omogeneo. Per capire quando puoi smettere di impastare, tocca il panetto con le mani. Se la pasta non si attacca alle dita, puoi coprire con un canovaccio e lasciar **lievitare per circa 2 ore**.

Quando l'impasto è raddoppiato di volume, dividilo in panetti. Una pizza napoletana ha un peso medio compreso tra i 180 grammi e i 300 grammi. Nel nostro caso dovresti ottenere circa 4/5 pizze. Una volta formati i panetti, lasciali lievitare per altre 4/6 ore. Conclusa la lievitazione, stendi i panetti nelle teglie e segui la ricetta qui sopra per il procedimento finale riguardante cottura e farcitura.

Vota la ricetta

 **SCOPRI GLI OUTFIT**
AUTUNNO/INVERNO

