

## La scienza della pizza

di Dario Bressanini

L'impasto e la lievitazione sono fondamentali per la riuscita di uno dei piatti italiani più famosi nel mondo: meglio affidarsi alla chimica e alla termodinamica

In molte famiglie resiste ancora la tradizione di preparare la pizza in casa impastando acqua, farina e lievito. Una conoscenza dei processi chimici e fisici che avvengono durante la preparazione dell'impasto può aiutare noi pizzaioli casalinghi a preparare una pizza migliore.

Esistono vari tipi di farine, ma quella usata per preparare la pizza è la farina di frumento che contiene circa il 70 per cento di amido, un carboidrato, e tra l'8 e il 13 per cento di proteine. La farina di frumento si distingue per la presenza di due proteine, la glutenina e la gliadina, che a contatto con l'acqua formano un complesso proteico, il glutine, che dona all'impasto quell'elasticità e plasticità fondamentali per trasformarlo in pizze, focacce e pane di mille forme diverse.

Un altro ingrediente fondamentale è il lievito, il cui scopo è produrre anidride carbonica, usata per gonfiare l'impasto. I lieviti sono organismi viventi unicellulari che appartengono al regno dei funghi. Attraverso il processo di fermentazione, questi organismi trasformano gli

zuccheri in anidride carbonica e alcool. Quando sciogliete in acqua il lievito dovete avere l'accortezza di usare acqua tiepida ma a temperatura non superiore ai 45-50 gradi, per non ucciderlo prima che abbia svolto il suo compito, altrimenti non riuscirà a far gonfiare l'impasto.

In commercio vi sono anche confezioni di pizza a lievitazione istantanea, con l'agente lievitante già miscelato alla farina. In questo caso però non si tratta di organismi viventi, ma di una miscela di due o più composti, solitamente una sostanza alcalina, il bicarbonato di sodio, e una sostanza

acida, il tartrato acido di potassio o il glucone delta lattone, che in presenza di acqua reagiscono producendo anidride carbonica. In questo caso verranno a mancare all'impasto quegli aromi che sono tipici dei lieviti e che conferiscono un sapore caratteristico.

Una volta formato il glutine, bisogna impastare. Durante l'impasto, le molecole di glutine iniziano a formare lunghe catene; più a lungo s'impasta, più le catene di glutine si allungano allineandosi le une con le altre, creando legami tra loro e formando un complesso reticolo tridimensionale che conferisce elasticità alla pasta. Se il reticolo è sufficientemente fitto, aiutato anche dall'amido parzialmente idratato, sarà in grado di trattenere sotto forma di bollicine l'anidride carbonica formata durante la fermentazione.

È per questo che la fase dell'impasto è fondamentale per la riuscita di una buona pizza: un impasto frettoloso non permette al glutine di formare il reticolo, e rimane solo una massa informe appiccicosa difficile da stendere sulla teglia. Dopo l'impasto il lievito agisce al meglio, lasciando la pasta a riposo a circa 35 gradi.

Anche la percentuale di acqua aggiunta alla farina è importante al fine di far ottenere alla pasta della pizza la consistenza desiderata. Può capitare di aver sbagliato ad aggiungere l'acqua, di aver manipolato la pasta per troppo tempo o di averla lasciata lievitare troppo poco. In questo caso la pasta è troppo elastica e non ne vuole sapere di essere stesa sulla teglia. Si può risolvere il problema «allentando» il reticolo di glutine, cioè aumentando la temperatura. Tra i 60 e gli 80 gradi l'amido comincia a gelificare, e le proteine iniziano a cambiare la loro struttura. Mettete per pochi minuti la teglia con la pasta «recalcitrante» nel forno a 60 gradi. Dopo il trattamento sarà meno elastica e si stenderà senza problemi.

Poi, come da copione, aggiungete mozzarella, polpa di pomodoro, un filo d'olio e un pizzico di sale. Infornate, e lasciate che la termodinamica faccia il suo corso.



Demeurs, Jocelyn / Stockfood Italy

### MESCOLARE CON LENTEZZA.

Per una buona pizza è necessario impastare lentamente. In questo modo, il glutine presente nella pasta può formare un reticolo che rende l'impasto malleabile al punto giusto.