



MILANO 2015

NUTRIRE IL PIANETA  
ENERGIA PER LA VITA  
NOURRIR LA PLANETE  
ENERGIE POUR LA VIE  
FEEDING THE PLANET  
ENERGY FOR LIFE



## IL PANETTONE

- **Farina** metà Manitoba e metà 00) 500 gr
- **Lievito di birra** 12 g
- **Latte** 60 ml
- **Uova** medio-grandi 4 intere e 3 tuorli
- **Zucchero** 160 g
- **Sale** 5 g
- **Limoni** la scorza grattugiata di uno
- **Arance** candita 40 gr
- **Cedro** candito 40 gr
- **Uvetta** passita 120 gr
- **Vaniglia** 1 bacca
- **Burro** 160 g
- **Malto** o zucchero 1 cucchiaino

# PREPARAZIONE

Per preparare il panettone occorrono 3 fasi di lavorazioni.

**PRIMA FASE:** Farina 100 gr lievito 10 gr malto 1 cucchiaino (oppure zucchero) latte 60 ml .

Per prima cosa mettete in ammollo l'uvetta per farla rinvenire. Sciogliete 10 gr di lievito di birra e il malto (o lo zucchero) in 60 ml di latte tiepido, quindi incorporate la farina e impastate fino ad ottenere un impasto liscio e omogeneo che metterete in una ciotola coperta con pellicola trasparente a lievitare a 30° fino al raddoppiamento del volume (circa 1 ora).

**SECONDA FASE:** Al primo impasto dovrete aggiungere: Farina 180 gr; lievito 2 gr; uova 2 intere; burro morbido 60 gr; zucchero 60 gr. Unite al primo impasto lievitato le uova, il lievito di birra sbriciolato e la farina, impastate con le mani, poi aggiungete lo zucchero e in ultimo il burro ben morbido (a temperatura ambiente); impastate fino ad ottenere un composto liscio e non appiccicoso che adagerete in una ciotola coprite la ciotola con pellicola trasparente e lascerete lievitare a 30° per circa due ore, o fino al raddoppiamento del volume.

**TERZA FASE:** al secondo impasto lievitato aggiungete: farina 220 gr; zucchero 100 gr; uova 2 intere e 3 tuorli ; sale 5 gr; burro morbido 100 gr; limone biologico; la scorza grattugiata di 1 arancia candita a cubetti; 40 gr cedro candito a cubetti 40 gr; uvetta 120 gr; vaniglia 1 bacca

Unite il secondo impasto lievitato a 2 uova intere e 3 tuorli e a 220 gr di farina. Impastate per almeno 10 minuti in modo che l'impasto prenda una bella consistenza elastica e poi aggiungete lo zucchero e il sale. Quando tutti gli ingredienti saranno assorbiti, aggiungete in due volte il burro ammorbidito e, a seguire, la frutta candita (arancia e cedro) la scorza del limone grattugiata, l'uvetta precedentemente ammolata (se volete potete ammollarla nel rum o in un altro liquore di vostro gradimento) e strizzata; volendo potete aggiungere degli altri aromi a vostro piacimento per rafforzare il profumo dell'impasto (arancia, limone, vaniglia, rum, ecc...). Lasciate lievitare l'impasto a 30° mettendolo in una ciotola coperta da pellicola trasparente fino al raddoppiamento del suo volume (almeno 2 ore). Nel frattempo, imburrate e rivestite uno stampo da panettone (il diametro dovrà essere di 18 cm e alto 10 cm, se non lo avete potete usare due pirottini di carta da 750 gr l'uno) con della carta forno (oppure utilizzate uno stampo di carta per panettone) e quando il volume dell'impasto sarà raddoppiato, estraetelo dalla ciotola, impastatelo di nuovo su di un piano poco infarinato e dategli forma sferica: posizionatelo dentro allo stampo da panettone con la parte più liscia verso l'alto. Lasciatelo lievitare coperto fino a che l'impasto non arrivi a filo dello stampo (almeno altre due ore). Quando l'impasto sarà a filo dello stampo, mettetelo in un luogo areato per 10-15 minuti in

modo che sulla superficie si formi una specie di pellicola più asciutta, dopodiché incidete a croce la sommità e mettete al centro della croce un cubetto di burro (grande quanto una noce). Mettete su di una teglia da forno posta sulla parte inferiore di quest'ultimo, una ciotolina d'acqua e infornate in forno statico a 200° per circa 10-15 minuti, quindi abbassate a 190 e lasciate cuocere per altri 10-15 minuti. Se la superficie risultasse troppo scura o tendesse a colorirsi troppo infretta, abbassate ancora a 180 e proseguite la cottura. In totale il panettone dovrà cuocere per 1 ora. Una volta cotto, estraete il panettone dal forno e lasciate raffreddare. Il vostro panettone è ora pronto per essere servito.

## AUTOBIOGRAFIA ALIMENTARE

La prof. di italiano ci ha proposto di realizzare un'autobiografia alimentare, dove noi esponiamo un tipico alimento delle nostre zone di provenienza. Io venendo da Milano ho scelto il dolce per eccellenza della mia città, il panettone. Incuriosito dalla sua misteriosa origine andai da mio nonno in cerca di spiegazioni, lui con molto orgoglio mi spiegò che esistono molte leggende sulla sua nascita ma quella secondo lui più interessante è il "*pan di toni*". Si narra che alla vigilia di Natale, nella corte del Duca Ludovico il Moro, Signore di Milano, si tenne un gran pranzo. Per quell'occasione il capo della cucina aveva predisposto un dolce particolare, degno di chiudere con successo il fastoso banchetto. Accortosi che il dolce era bruciato durante la cottura, il panico colse l'intera cucina. Per rimediare alla mancanza, uno sguattero della cucina, detto Toni, propose un dolce che aveva preparato per sé, usando degli ingredienti che aveva trovato a disposizione tra gli avanzi della precedente preparazione.

Il capo cuoco, non avendo altro da scegliere, decise di rischiare il tutto per tutto, servendo l'unico dolce che aveva a disposizione. Un "pane dolce" insolito fu presentato agli invitati del Duca, profumato di frutta candita e burro, con una cupola ben brunita, fu accolto da applausi e, in un istante, andò a ruba. Tutti gli invitati lodarono quel dolce e chiesero al padrone di conoscere il nome e l'autore di questo straordinario pane. Toni si fece avanti dicendo di non avergli ancora dato nessun nome. Il Duca allora lo battezzò con il nome del suo creatore e da quel momento tutti mangiano e festeggiano con il "pan del Toni", ossia il panettone.

Questo dolce ormai famoso in tutto il mondo rappresenta per Milano un patrimonio alimentare fatto di passioni e tradizioni, perchè ho scelto proprio questo dolce? L'ho scelto perchè mi ricorda il natale, i momenti passati in compagnia e la bellezza di Milano. Come ogni anno nel periodo natalizio è ormai diventata un'abitudine andare personalmente a scegliere il panettone rigorosamente artigianale nelle vie della città;

questa città che è bella tutto l'anno ma nel periodo invernale ha un fascino innato, tra il profumo delle pasticcerie, l'atmosfera dei negozi con le vetrine allestite per l'occasione ecco arrivati alla pasticceria di fiducia. Dopo aver preso i tre panettoni, per il pre, durante e post natale e dopo aver fatto qualche compera si torna a casa e finalmente si mangia il pan di Toni tutti insieme, tra risate, ricordi ed emozioni che solo questo dolce mi sa trasmettere, perchè non è solo un impasto lievitato ma è una tradizione unica ed intramontabile.