

PANE, PIZZA E LIEVITATI

Focaccia genovese

Dorata, soffice dentro e leggermente croccante sotto: la focaccia genovese si riconosce dalle fossette colme di salamoia e dal profumo di olio extravergine.



TEMPO TOTALE

3 h 40 min

DIFFICOLTÀ

Media

PORZIONI

8

ORIGINE

Liguria

Esigenze alimentari: Senza arachidi, Senza carne, Senza crostacei, Senza frutta a guscio, Senza latte, Senza lattosio, Senza lupini, Senza molluschi, Senza pesce, Senza sedano, Senza senape, Senza sesamo, Senza soia, Senza uova, Vegana, Vegetariana

Metodo di preparazione: Al forno

Occasioni: Cena con amici, Pranzo in famiglia, Tutti i giorni

Ingredienti

Quantità per 8 porzioni

Per l'impasto

- 500 g farina di grano tenero tipo 0 per focaccia, preferibilmente W 220-260
- 300 ml acqua a temperatura ambiente, 25 °C circa
- 10 g lievito di birra fresco sbriciolato
- 25 g olio extravergine di oliva per l'impasto
- 8 g sale fino per l'impasto

Per la teglia

- 10 g olio extravergine di oliva per ungere una teglia, dose base

Per la salamoia

- 60 ml acqua per la salamoia
- 30 g olio extravergine di oliva per la salamoia
- 5 g sale fino per la salamoia



Procedimento

01 Sciogli il lievito

Preleva 150 ml di acqua dalla quantità prevista per l'impasto e scioglivi 10 g di lievito di birra fresco, mescolando con un cucchiaio. L'acqua deve essere appena tiepida, non calda: intorno ai 25 °C.

Tempo indicativo: 3 min



02 Impasta fino a ottenere una massa elastica

Versa 500 g di farina in una ciotola capiente. Unisci il lievito sciolto e i rimanenti 150 ml di acqua, quindi incorpora 25 g di olio e 8 g di sale fino. Lavora per 10-12 minuti con le mani o con il gancio della planetaria, finché l'impasto risulta uniforme, morbido, elastico e leggermente appiccicoso. Evita di aggiungere altra farina per renderlo asciutto.

Tempo indicativo: 12 min



03 Lascia completare la prima lievitazione

Raccogli l'impasto in una palla nella ciotola, copri con pellicola o un coperchio e lascia riposare per circa 90 minuti a 22-25 °C, al riparo da correnti d'aria. Deve gonfiarsi visibilmente e arrivare vicino al raddoppio; in una stanza più fredda potrebbe servire più tempo.

Tempo indicativo: 1 h 30 min



04 Stendi la focaccia nella teglia

Distribuisci 10 g di olio sul fondo di una teglia rettangolare, circa 30 × 40 cm per la dose base. Rovescia l'impasto senza sgonfiarlo completamente e allargalo piano con le dita unte, fino agli angoli; se torna indietro, attendi qualche minuto e riprendi. Adatta le dimensioni della teglia quando cambi il numero di porzioni, mantenendo uno spessore moderato. Copri e lascia rilassare per circa 30 minuti.

Tempo indicativo: 35 min



05 Prepara la salamoia

Mescola 60 ml di acqua con 5 g di sale fino finché è sciolto. Aggiungi 30 g di olio extravergine e sbatti brevemente con una forchetta o una frusta per ottenere un'emulsione opalescente. Usala subito, prima che acqua e olio tornino a separarsi.

Tempo indicativo: 3 min



06 Forma le fossette e fai lievitare ancora

Con i polpastrelli premi l'impasto fino quasi al fondo della teglia, creando le tipiche fossette ravvicinate senza strapparlo. Versa uniformemente la salamoia, facendola raccogliere negli incavi. Copri senza toccare la superficie e lascia lievitare per circa 45 minuti: la pasta deve apparire soffice e leggermente rigonfia.

Tempo indicativo: 50 min



07 Cuoci, lascia intiepidire e servi

Scalda per tempo il forno statico a 220 °C. Inforna sul ripiano medio-basso per circa 20-23 minuti, finché la superficie è ben dorata, le fossette sono asciutte e la base è color nocciola. Se il fondo resta pallido, prolunga di pochi minuti controllando la cottura. Estrai con cautela, trasferisci su una gratella per 5 minuti e taglia in 8 porzioni. Servi ancora tiepida.

Tempo indicativo: 27 min



Allergeni presenti

Cereali contenenti glutine

Verifica le etichette degli ingredienti e le possibili contaminazioni. Le informazioni non sostituiscono le indicazioni dei produttori.

Valori nutrizionali

Valori indicativi riferiti a una porzione

Energia	275 kcal
Carboidrati	43,56 g
di cui zuccheri	1,12 g
Proteine	7,29 g
Grassi	8,77 g
di cui saturi	1,36 g
Fibre	1,91 g
Sale	1,63 g

Fonte / metodo: CREA: farina tipo 0 (000230) e olio extravergine (009210); USDA FoodData Central: lievito fresco (FDC 175042). Pesi crudi, salamoia e olio considerati interamente consumati; carboidrati del lievito al netto delle fibre; totale diviso per 8 porzioni. Valori indicativi.

La storia del piatto

La focaccia genovese, chiamata anche fugassa in Liguria, è una preparazione da forno legata alla tradizione di Genova. La superficie dorata, costellata di fossette, trattiene un'emulsione di acqua, olio extravergine e sale che dona morbidezza e sapore.

Questa versione casalinga usa un impasto diretto con lievito di birra e più riposi, così da ottenere una focaccia soffice al centro e piacevolmente croccante sul fondo. La focaccia di Recco è una specialità diversa, più sottile e ripiena di formaggio.

Consigli e conservazione

I consigli in cucina

Usa una teglia metallica ben oliata per favorire un fondo dorato. Lavora l'impasto con le mani leggermente unte, senza aggiungere farina in eccesso. Emulsiona acqua e olio della salamoia subito prima di distribuirli e controlla il colore anche sotto la focaccia: il solo colore della superficie non basta.

Errori da evitare

Non versare acqua troppo calda sul lievito: può comprometterne l'attività. Non accelerare la lievitazione aumentando arbitrariamente la temperatura e non forzare l'impasto nella teglia se si ritira. Fossette troppo superficiali non trattengono la salamoia; un forno poco caldo può lasciare il fondo umido.

Varianti

Per una variante puoi aggiungere cipolle affettate molto sottili, olive denocciolate o qualche ago di rosmarino prima della cottura. Sono versioni diverse dalla focaccia genovese semplice e possono richiedere una revisione degli allergeni e dei valori nutrizionali.

Sostituzioni

La farina tipo 0 può essere sostituita con una farina tipo 00 adatta ai lievitati, con forza simile: l'assorbimento d'acqua può variare leggermente. In alternativa al lievito fresco è possibile usare lievito secco da panificazione nelle proporzioni indicate dal produttore, adattando i tempi di lievitazione.

Conservazione

Per gustarla al meglio consumala il giorno della preparazione. Dopo il raffreddamento completo, conserva la focaccia in un contenitore ben chiuso per circa 24 ore in un ambiente fresco e asciutto; evita di lasciarla scoperta perché perde rapidamente morbidezza.

In frigorifero

Il frigorifero non è consigliato per una conservazione breve, perché tende a rendere la mollica più asciutta. In caso di farciture deperibili, segui invece le regole di conservazione specifiche per gli ingredienti aggiunti.

In congelatore

Puoi congelarla già fredda, tagliata in porzioni e avvolta singolarmente, per circa 1 mese. Scongela nel suo involucri a temperatura ambiente e rigenerala in forno caldo prima di servirla.

Come riscaldare

Scalda le porzioni in forno statico preriscaldato a 180 °C per circa 4-6 minuti, preferibilmente su una griglia o una teglia asciutta. Evita riscaldamenti lunghi che asciugano la mollica.

Domande frequenti

Perché la focaccia deve avere le fossette?

Le impronte dei polpastrelli trattengono la salamoia di acqua, olio e sale. Devono essere abbastanza profonde da conservarla durante l'ultima lievitazione, ma senza strappare l'impasto.

Come capisco se è lievitata abbastanza?

Dopo il primo riposo l'impasto deve essere visibilmente gonfio, vicino al raddoppio. Prima della cottura deve apparire morbido e arioso: osserva l'impasto, non soltanto l'orologio.

Come faccio a ottenere il fondo croccante?

Ungi bene la teglia metallica, preriscalda davvero il forno e cuoci sul ripiano medio-basso. A fine cottura controlla che la base abbia assunto un colore nocciola, senza essere bruciata.

Posso usare lievito di birra secco?

Sì, usando le equivalenze riportate sulla confezione del tuo lievito secco. I tempi di lievitazione possono cambiare: attendi comunque i segnali visivi indicati nella ricetta.

Si può congelare la focaccia genovese?

Sì. Falla raffreddare, dividila in porzioni, sigillale bene e consumale preferibilmente entro un mese. Dopo lo scongelamento passale brevemente in forno per recuperare fragranza.