

Maritozzi con il mosto



Fabio Franco

Introduzione

Il maritozzo è uno di quei dolci che fanno parte della nostra storia. È semplice, ma ricco di significato. Da sempre accompagna la vita quotidiana delle persone: una merenda genuina, una colazione profumata, un dolce legato a ricordi di famiglia.

Le sue origini sono molto antiche. Già al tempo dei Romani si preparavano pani dolci con miele e frutta secca. Non si chiamavano ancora maritozzi, ma erano i primi esempi di dolci lievitati simili a questo. Più avanti, nel Medioevo, nasce un dolce chiamato *panetto quaresimale*, con uvetta, farina, miele e olio. Era uno dei pochi dolci che si potevano mangiare anche durante la Quaresima. Veniva venduto per strada, soprattutto a Roma, ed era molto amato.

Il nome *maritozzo* arriva più tardi, forse da un'usanza romantica: i fidanzati lo donavano alla futura sposa, a volte con un anello o un bigliettino nascosto all'interno. Da lì, il nome affettuoso: "maritozzo", quasi marito.

Con il tempo si è diffuso in molte zone d'Italia, soprattutto al centro. Oggi il più noto è quello romano, tagliato e farcito con panna montata, ma ogni regione ha la sua versione, con ingredienti legati alla tradizione locale.

Quella che ti presento in questa dispensa è una versione marchigiana, meno conosciuta ma molto interessante: il maritozzo con il mosto d'uva. Un dolce che profuma di vendemmia, di campagna e di autunno. Il mosto, cioè il succo d'uva appena spremuto, veniva usato al posto dello zucchero perché più economico. Dona all'impasto un colore scuro, un sapore delicatamente fruttato e una dolcezza naturale. Non c'è panna, non ci sono farciture: è un dolce semplice, da gustare così com'è, magari a colazione o con un bicchiere di vino.

Questa ricetta è nata quasi per caso, durante un corso. Una mia corsista, Laura Rotatori, dalla provincia di Pesaro, mi ha chiesto se potevo rielaborare, utilizzando l'idrobiga, una vecchia ricetta che lei preparava da tempo. Ho raccolto la sfida e ho iniziato a lavorarci sopra, adattando la tecnica e bilanciando l'impasto.

Da lì è cominciato un percorso a più mani: ho fatto provare la nuova versione anche a Laura Bartolini di Ascoli Piceno. Insieme abbiamo aggiustato i dettagli, affinato i tempi e le dosi, finché non siamo arrivati a una ricetta che ci ha convinti e soddisfatti tutti.

Questa è la mia versione del maritozzo marchigiano al mosto, nata da un incontro, cresciuta grazie al confronto e maturata come un buon impasto, con il tempo e la cura. Nelle pagine che seguono ti spiegherò passo dopo passo come prepararlo al meglio.



L'Idrobiga

Premessa: cos'è un pre-fermento e perché utilizzarlo

Un pre-fermento è una miscela di farina, acqua e lievito preparata prima dell'impasto principale e lasciata fermentare per un certo periodo. Viene utilizzato nella panificazione per diversi motivi:

Sapore: Il pre-fermento sviluppa aromi complessi, migliorando gusto e profumo del prodotto.

Struttura: Aiuta a creare una migliore alveolatura (distribuzione delle bolle d'aria), una consistenza più soffice e una struttura leggera.

Conservazione: I prodotti fatti con pre-fermento si conservano più a lungo.

Cos'è l'Idrobiga?

L'**Idrobiga** è un pre-fermento che combina elementi delle tecniche tradizionali di biga, poolish e sponge, ma con una formula unica e precisa.

In questo caso useremo il mosto d'uva al posto dell'acqua, quindi:

Farina: 1000g

Mosto d'uva: 750g

Lievito compresso: 10g

Puoi calcolare quantità diverse con l'aiuto del calcolatore dedicato all'idrobiga, che trovi sul sito <https://casadellievito.it/calcolatori/>

La farina deve essere forte, con un W di circa 300-340. Il mosto dovrebbe avere una temperatura compresa tra i 18° e i 22°.

Procedura di preparazione

- Sciogli il lievito compresso nel mosto.
- Aggiungi tutta la farina in una volta.
- Mescola a mano con una spatola fino a bagnare completamente la farina; non è necessario che l'impasto sia liscio.
- Trasferisci l'**Idrobiga** in un contenitore graduato e lasciala a temperatura ambiente, qualunque essa sia, fino al raddoppio del volume.
- Al raddoppio del volume, metti l'**Idrobiga** in frigorifero a 4° per 20 / 24 ore.

Il giorno dopo, puoi utilizzare l'idrobiga prelevandola direttamente dal frigo.



Lo Maritozzo col Mosto

Rinvenuta tra carte e farine d'un certo F.F. da Verucchio, umile lievitatore.

Quando l'uva, matura in su la vite,
stilla il licor che chiamiam dolce mosto,
l'alma del forno in gioia si trasite.

Non v'ha ripieno vano né sol posto
a panna o creme d'arte forestiera,
ché il gusto vero nasce dentro al tosto.

Nessun decoro, né veste regale,
sol lievitato ch'al profumo inchina,
figlio d'autunno e d'arte rurale.

L'uvetta posa in anice sincera,
che l'ammorbidisce con liquor soave,
poi nell'impasto lenta s'incimera.

Fu Laura, donna de Mondolfo, piena
d'antica arte, che in corso mi chiedea:
"Fabio, ritoccala con mano piena."

Ed io, che l'idrobiga già tenea
per man sicura, con fervor sincero
rifeci 'l pan, ch'or tanto mi piaceva.

E giunse quindi un'altra Laura, d'altro vero,
d'Ascoli venne, saggia e assai cortese,
che anch'ella prese parte al mio pensiero.

Con esse due, per prove lunghe e tese,
si mise a punto l'opra con fervore,
tra impasti, attese e misurate pese.

Così tra dubbi, forni e tanto amore,
nacque 'l maritozzo, figlio d'Autunno,
ch'oggi vi porgo con sincero onore.



Maritozzi con il mosto



Ingredienti	Ricetta base	24 pz. da 70 g	12 pz. da 70 g
idrobiga con mosto	1.760	670	335
farina W300	1.000	381	190
malto diastatico	10	4	2
lievito compresso	50	19	10
mosto d'uva	475	181	90
zucchero	50	19	10
sale	30	11	6
olio di semi	250	95	48
uvetta ammollata nell'anice	760	289	145
semi di anice	30	11	6
totale	4.415	1.680	842



Procedimento:

Per realizzare questa ricetta, 24 ore prima prepara l'idrobiga con il mosto d'uva fresco al posto dell'acqua.

In mancanza del mosto, puoi schiacciare l'uva da vino o anche da tavola e filtrarla con un colino a maglia fine.

Il giorno precedente all'impasto prepara anche l'uvetta, ammolandola in acqua calda fino ad ammorbidirla, poi mettendola in un contenitore chiuso con mistrà, sambuca o altro liquore all'anice.

La mattina dell'impasto, sciacqua l'uvetta sotto l'acqua fresca, scolala e mettila ad asciugare tra due canovacci prima di inserirla.

Inizia l'impasto mettendo in macchina l'idrobiga, la farina, il malto, il lievito, il mosto e i semi di anice; impasta fino a quando il glutine non si sarà ben formato. Aggiungi il sale, lo zucchero fino a completo assorbimento, l'olio in due volte e solo quando l'impasto sarà completamente finito, aggiungi l'uvetta, facendo girare a bassa velocità.

Metti l'impasto a lievitare in un contenitore oliato fino al raddoppio del suo volume.

Nelle Marche esistono diverse modalità di formatura per questo tipo di impasto. Si possono realizzare grandi filoni da 600 g o più, anche in stampi da pan bauletto, che una volta cotti si consumano affettati, come pane dolce da colazione.

Un'altra possibilità, molto apprezzata, è quella di lasciarli all'aria una notte intera (interi, non affettati), per farli asciugare leggermente: il giorno dopo si tagliano a fette e si ripassano in forno ventilato a 130 °C per 30–40 minuti, fino a ottenere delle fette biscottate fragranti, perfette da gustare da sole o con marmellate.

In altre zone, invece, si preferisce dare all'impasto una forma più piccola, come ciambelle con il buco al centro.

Nel nostro caso, vedremo la formatura classica a filoncino, semplice e versatile.

Dividi l'impasto in pezzi da 70 g, forma delle palline, pirlale senza stringere troppo e lasciale riposare coperte con una pellicola per 15 minuti.

Riprendi le palline muovendole sul piano di lavoro per allungarle leggermente a forma di filoncino.

Metti i maritozzi a lievitare, coperti, su una teglia rivestita di carta forno, fino a quando il loro volume non sarà raddoppiato; per capire quando saranno pronti, puoi aiutarti mettendone uno in un piccolo contenitore e usarlo come spia di lievitazione.





Quando i maritozzi saranno ben lievitati, cuocili in forno ventilato a 180 °C per circa 15 minuti, creando vapore nei primi 4-5 minuti, finché non avranno assunto un bel colore dorato.

All'uscita dal forno mettili su una griglia e spruzza sulla superficie un po' d'acqua o mistrà. Cospargili subito con zucchero semolato per un tocco più rustico.

Anche con questa formatura, se lo desideri, puoi lasciarli asciugare qualche ora all'aria, poi affettarli e ripassarli in forno ventilato a 130 °C per 30-40 minuti, fino a renderli croccanti e dorati. In questo modo otterrai ottimi biscotti secchi, ideali per la colazione o la merenda.

Il tempo indicativo per realizzare questa ricetta, dall'impasto alla cottura è di circa 4-5 ore, considerando una temperatura di lievitazione di 28 °C.



Conclusioni

Dopo un viaggio tra le pagine di questa dispensa, è giunto il momento di assaporare il frutto del tuo lavoro.

Abbiamo attraversato la storia di questa ricetta del maritozzo con il mosto, tra curiosità, profumi d'autunno e qualche risata.

Un dolce semplice e genuino, che unisce tradizione e cura, nato dall'incontro tra sapori antichi e il piacere di farli rivivere.

Ora tocca a te: segui la ricetta, accendi il forno e lascia che sia il mosto a parlare. È un impasto che non richiede gesti complicati, ma solo attenzione, rispetto dei tempi e voglia di fare.

Se ti va, racconta la tua esperienza nel gruppo Facebook **La Casa del Lievito**: una foto, un commento, un pensiero.

Anche così si cresce, insieme.

Che il profumo del mosto ti accompagni ancora.



Fabio Franco

La Casa del Lievito

www.casadellievito.it



LA CASA DEL LIEVITO
Corsi Online

Fabio Franco - www.casadellievito.it - 348 2649364

Pagina 8