



RUSTICONE AL TRITORDEUM

Ingredienti

- 800 g Farina **Uniqua Verde, "Tritordeum"**
- 200 g Farina **Uniqua Rossa**
- 750 g acqua
- 150 g lievito naturale al primo rinfresco
- 20 g sale
- 10 g malto

Procedimento:

Impastare per 5 min le farine, 550g di acqua e far riposare l'impasto per 3 ore in frigorifero. Lavorare l'impasto riposato, il lievito naturale maturo e il malto, fino ad ottenere una pasta quasi liscia, aggiungere il sale e poco per volta i 150g di l'acqua rimanente.

Lasciar riposare l'impasto in un contenitore unto dando una piega ogni 3 ore.

Passate 6 ore riporre in frigorifero fino alla mattina successiva.

Spezzare a 500g, formare a piacimento e disporre in cestini con un telo di cotone infarinato.

Lasciar lievitare per circa 2 ore

Preriscaldare il forno a 250 °C con all'interno la teglia o la pietra di infornamento.

Girare delicatamente su di esse l'impasto e incidere in superficie, rovesciare subito un fondo di bicchiere di acqua sul fondo del forno per formare vapore.

Abbassare il forno a 210°C per 30 min

Abbassare ulteriormente il forno a 190 °C per altri 20 min

Otterremo un pane saporito, connotato dal gusto della farina di Tritordeum e impreziosito da una parte di farina integrale.

Avremo una crosta croccante e friabile, che, insieme al lievito madre ci permette di far durare il nostro pane per giorni.

MOLINO DALLAGIOVANNA G.R.V. S.r.l.

reg.imprese 00112590336 PC
rea 67308 PC
cap.sociale € 100.800,00 int.vers.
P.IVA IT00112590336

via madonna del pilastro, 2
29010 gragnano trebbiense PC - Italy
t. +39.0523.787155
f. +39.0523.787450

info@dallagiovanna.it
www.dallagiovanna.it
www.shopdallagiovanna.it

