

PANE, PIZZE E LIEVITATI

Pagnotella alle tre farine

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **8 persone** DIFFICOLTÀ: **media** PREPARAZIONE: **30 min** COTTURA: **45 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **media**

NOTE: + 3 ORE PER LA LIEVITAZIONE



INGREDIENTI

- 300 g di farina speciale per pizza
- 100 g di farina di grano tenero integrale
- 100 g di farina di farro
- 30 g di lievito di birra
- 12 g di sale
- 10 g di malto di grano
- 10 g di olio extravergine di oliva.

PREPARAZIONE

- 1 Sbriciolate finemente il lievito tra le mani e unitelo a 250 g di farina speciale per pizza, aggiungete anche il malto e 150 ml di acqua e impastare fino ad ottenere un impasto omogeneo e liscio.

Lasciate lievitare per 40-45 minuti coperto con un canovaccio umido.

Impastate il panetto lievitato con il resto della farina speciale per pizze, quella integrale e quella di farro, l'olio e 120 ml di acqua dove avrete fatto sciogliere il sale.

Lasciate di nuovo lievitare per 40-45 minuti coperto con un canovaccio umido.

Alla fine sgonfietelo per rompere la lievitazione e lavoratelo per pochi istanti.

Trasferite l'impasto sulla placca da forno coprite con un canovaccio umido e lasciate lievitare per 1 ora e mezza o finchè non avrà triplicato di volume.

Infornate a 170-180°C per 45 minuti.

Sformate e lasciate freddare.

