

PANE, PIZZE E LIEVITATI

# Panini alle cipolle

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Trentino-Alto Adige](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    COSTO: [basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



## INGREDIENTI

300 g di farina di grano  
1 cucchiaio di burro  
200 g di farina di segale  
1 cucchiaino di zucchero  
25 g di lievito di birra  
1 cucchiaino di cumino in polvere  
1 uovo  
acqua  
1 cipolla  
sale.

## PREPARAZIONE

**1** Raccogliete il lievito in una fondina e stemperatelo con poca acqua tiepida. Incorporate alla pastella ottenuta lo zucchero e una manciata di farina di grano; quindi, ponete il tutto a riposare per una mezz'ora.

Trascorso questo tempo, aggiungete al composto il resto delle farine, le spezie, un pizzico

di sale e quanta acqua occorre per ottenere un impasto morbido, liscio e ben omogeneo. Battetelo a lungo, con lena; poi riponetelo dentro una fonda terrina e mettetelo in luogo riparato e tiepido, a lievitare. Dopo due o tre ore, quando avrà raddoppiato il proprio volume, riprendete la pasta e tomate a batterla con foga; poi dividetela in sei (o piu) pezzi, date loro la forma arrotondata di pagnottelle e disponetele sulle piastre unte del fomo. Tornate a metterle in luogo tiepido e lasciate che riprendano la lievitazione. Dopo circa un'ora, passatele in forno preriscaldato a 200°, per una cottura di circa 30 minuti. Trascorso questo tempo, spennellate la loro superficie con il tuorlo cui sia mescolato un trito di cipolla rosoltita nel burro; rimettetele in fomo e fatele cuocere ancora per circa un quarto d' ora.