

PANE, PIZZE E LIEVITATI

## Pretzel arrotolato

LUOGO: Europa / Lettonia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: molto bassa    REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



### INGREDIENTI

- 1 tazza di latte
- 2 cucchiaini di semi di cumino
- 2 cucchiaini di burro
- 1 ¼ tazze d'acqua
- 2 cucchiaini di zucchero
- 1 confezione di lievito istantaneo
- 2 cucchiaini di sale
- 6 tazze di farina comune

### PREPARAZIONE

- 1 In un pentolino scaldate il latte, il burro, lo zucchero, il sale, i semi di cumino e l'acqua. Quando il burro si sarà fuso e lo zucchero e il sale si saranno completamente sciolti, togliete il pentolino dal fuoco e mettetelo da parte in modo tale che si raffreddi sino a diventare tiepido (circa 40°C).

Quando il composto liquido raggiungerà la temperatura sopra indicata, versatelo nel cestello di un impastatore insieme al lievito e iniziate ad impastare fino a quando il lievito non si sarà sciolto.

Aggiungete, quindi, 5 tazze di farina e ricominciate ad impastare a bassa velocità fino a che l'impasto inizi a staccarsi dalle pareti della ciotola (circa 10 minuti). Incorporate, ora, l'ultima tazza di farina continuando ad impastare con i bracci uncinati fino a quando l'impasto diventerà molto morbido ed omogeneo (altri circa 5 minuti).

Disponete l'impasto su di un tagliere in plastica o su di un foglio di carta-forno, copritelo e lasciatelo lievitare fino a quando si sarà raddoppiato nelle dimensioni (circa 1 ora). A questo punto sgonfiate lo sbattendolo sul piano da lavoro.

Per ogni pretzel, tagliate un pezzo di impasto dalle dimensioni pari ad una pallina da golf, quindi, arrotolatelo dando forma di serpente dalla lunghezza di 25cm circa e date la tipica forma di pretzel, avvolgete un'estremità appena dopo il centro del serpente ed incrociate l'altra estremità sopra quello, schiacciando l'impasto leggermente dove l'impasto si sovrappone. Mettete i pretzel su di un canovaccio infarinato e lasciate lievitare per circa 15 minuti.

Scaldare il forno a 200°C, portate 8 litri d'acqua ad ebollizione e bollite i pretzel pochi per volta, circa 5 alla volta, fino a quando emergeranno in superficie.

Rimuoveteli, quindi, delicatamente dall'acqua con una schiumarola e metteteli su di un foglio di carta-forno. Infornate a 200°C fino a doratura, circa 20-25 minuti.

Questi possono essere congelati appena sfornati e riscaldati a 170°C per qualche minuto in un secondo momento.

## NOTE

Questo pane è a metà tra un pretzel e una baguette. Ci vuole un po' di pratica per dargli forma, ma può essere un'esperienza divertente.