

PANE, PIZZE E LIEVITATI

## Pretzel fatti in casa

---

LUOGO: **Europa / Austria**

DOSI PER: **15 pezzi** DIFFICOLTÀ: **media** PREPARAZIONE: **60 min** COTTURA: **20 min** COSTO:

**molto basso** REPERIBILITÀ ALIMENTI: **molto facile**

NOTE: + 4 ORE DI LIEVITAZIONE

---



I **pretzel** sono un tipico **snack salato**, realizzato con farina, acqua, sale, zucchero, e lievito, e caratterizzato dalla tipica forma nodosa. I **pretzel** sono spesso serviti come spuntino e possono essere accompagnati da **salse** come **senape** o **formaggio fuso** in cui immergerli prima di gustarli. I **pretzel** sono diffusi in quasi tutto il mondo, ne esistono diverse versioni, per esempio, i **brezel** sono una variante tipica e molto popolare in **Germania** e **Austria**, solitamente decorati con sesamo, semi di girasole o di papavero. Inoltre, esistono anche versioni dolci dei **pretzel**, realizzate con ingredienti

come farina, latte, zucchero, burro e vaniglia e spesso ricoperti per buona parte con cioccolato fondente.

**Realizzare i pretzel salati in casa non è per nulla complicato, segui la nostra ricetta con passo passo fotografico per cucinare questi deliziosi snack uno tira l'altro!**

Ecco delle **deliziose salse che ci stanno una meraviglia con i pretzel**, guarda le ricette:

[Pesto di cime di rapa](#)

[Crema di parmigiano](#)

[Tzatziki](#)

[Pesto di zucchine](#)

[Crema all'avocado](#)

## INGREDIENTI

FARINA 0 500 gr

ACQUA 250 gr

BURRO 50 gr

SALE 10 gr

ZUCCHERO 10 gr

LIEVITO SECCO 2 gr

ACQUA per bollire - 2 l

BICARBONATO DI SODIO 20 gr

SALE GROSSO

## PREPARAZIONE

- 1** Versa l'acqua a temperatura ambiente in un contenitore, aggiungi il lievito e lo zucchero. Mescola e fai sciogliere gli ingredienti. Lascia riposare qualche minuto, questo procedimento servirà per idratare e attivare il lievito secco.



- 2 Intanto in una ciotola versa la farina, aggiungi il burro morbido. Comincia ad impastare incorporando un po' per volta l'acqua con il lievito. In ultimo aggiungi il sale. Lavora l'impasto per almeno 10 minuti, dovrà risultare liscio e soffice. Se non riesci ad incorporare tutta la farina dovrai aggiungere qualche altra goccia d'acqua. Copri la ciotola con pellicola per alimenti e fai lievitare fino al raddoppio (3-4 ore), in un luogo ben riparato da correnti e spifferi.







3 Quando l'impasto sarà raddoppiato di volume, dividilo in 15 parti di ugual peso.



- 4 Con ogni porzione forma un bigolo lungo circa 50 cm. Forma una U, intreccia per due volte le estremità e riportale sulla sezione curva, premendo con le dita per saldarle.





- 5 In una pentola porta a bollore 2 litri di acqua, in cui avrai sciolto 20 g. di bicarbonato (10 g. per litro d'acqua). Immergi, aiutandoti con una schiumarola, due pretzel per volta e falli cuocere per 30 secondi. Disponi i pretzel su una teglia ricoperta di carta forno, e cospargili di sale grosso non appena li avrai scolati. Cuoci i pretzel a 220°C per 12-15 minuti in forno statico preriscaldato, saranno pronti quando avranno assunto la tipica colorazione marrone.





## CONSERVAZIONE

I pretzel si conservano fragranti per 3 giorni, a temperatura ambiente. Prima di consumarli si possono riscaldare.

## CONSIGLIO

La dimensione dei pretzel dipende dal peso delle porzioni, se vuoi preparare dei pretzel più grandi dovrai formare dei bigoli di almeno 70 cm. Puoi utilizzare l'impastatrice per realizzare l'impasto, seguendo la stessa procedura.