

A tigela de pão rústico



Manuela Conti

Todas as receitas de pão

INGREDIENTES

200 g de farinha de trigo 00 W 350 (ternos longo subindo)

90 g de água

2 g de levedura

200 g de farinha Tritordeum

400 g de farinha de trigo integral

150 g de farinha de trigo tipo 0

650 g de água

5 g de levedura

20 g de sal-se

Como o inverno parece ter tido um período de férias, eu persisto no meu desejo de lenços quentes e luvas de lã.

O clima frio traz consigo um desejo inevitável a comida rústica e tipo de sopas quentes, a ser realizada entre as mãos do calor da família e simplicidade.

Esta receita é um pequena reconquest: na forma de uma bacia, pão recupera o seu papel essencial de alimentos, o recipiente torna-se sabor de vida.

Depois de cozido você pode comê-lo em fatias ou esvaziá-la e transformá-la em uma tigela elegante.

Com o miolo restante, preparou muitos cubos, temperado com azeite e alecrim e assado no forno: você vai obter os deliciosos passo para acompanhar a sua aveludada.



Preparação

No dia antes de a massa de pão, preparar a carruagem:

Dissolver 2 g de fermento em 90 g de água, misturados com 200 g de farinha de 00 e deixar subir à temperatura ambiente, coberto de uma camada, durante 16 a 20 horas, dependendo do temperatura exterior.

No dia seguinte, misture o carro com 550 g de água, fermento em pó, farinha mista.

Adicione o sal restante dissolvido na água e trabalhar até a massa ficar lisa e homogênea.

Deixe crescer por 1 hora e 30 minutos, em seguida, dividir em pedaços de 350 g e formado: deixe crescer com o fechamento da massa para baixo.

Double Take, inverteu suavemente sobre uma pá ou sobre uma tábua enfarinhada e esculpir a superfície com uma lâmina de barbear ou uma faca afiada. Cozer a 250 ° C num forno pré-aquecido durante os primeiros dez minutos, baixou para 200 ° C e deixar cozer durante mais 25 minutos.

Retire do forno e deixe esfriar antes de cortar.



VERSÃO INGLESA

Ingredientes Chariot (pré-fermentado massa)

200g de farinha forte, 90 g de água morna, 2 g de fermento

Ingredientes da massa carruagem, farinha tritórdeo 200 g, 400 g de farinha todo, 150 de farinha de trigo, 650 g de água quente, 5 g de fermento, 20 g de sal.

Para fazer chariot Um dia antes, preparar a massa pré-fermentado: dissolver o fermento na água, misturar com farinha e deixar subir à temperatura ambiente, coberto, durante 16 a 20 horas, dependendo da temperatura exterior.

No dia seguinte para fazer a massa, misture carruagem com 550 g de água, fermento e todas as farinhas mistas.

Adicione o sal dissolvido na água restante e trabalhar até a massa ficar lisa e homogênea.

Deixe crescer por 1 hora e 30 minutos, em seguida, dividir em pedaços de 350 g e formar uma bola: vamos riu com o fechamento da massa para baixo.

Quando a massa dobrou, invertida suavemente em uma pá de lixo ou sobre uma tábua enfarinhada e corte a superfície suavemente.

Cozer a 250 ° C num forno pré-aquecido durante os primeiros dez minutos, a baixas temperaturas até 200 ° C e cozinhar durante 25 minutos. Retire do forno e deixe esfriar antes de cortar.

© TODOS OS DIREITOS RESERVADOS

http://cucina.corriere.it/ricette/pane-pizze-focacce-torte-salate/16_gennaio_07/terrina-pane-rustico_0288b98a-b52b-11e5-8efc-b58ffc8363b9.shtml

São Paulo, SP, 31 Janeiro de 2016

Mkmouse