



Gallo Rosso

PASTICCINI

Pane integrale veloce di farro

In questa ricetta si usa la trigonella, un'erba coltivata da sempre in Alto Adige, che conferisce al pane un sapore particolarmente speziato.

Ingredienti

2 PAGNOTTA 180 MIN.
1 kg farina integrale di farro
1 lievito secco
cucchiaino
da tè
500 ml acqua calda
200 ml latticello
2 sale
cucchiaino
da tè
1 trigonella o altra spezia
cucchiaino per pane
da
tavola

www.roterhahn.it

Preparazione - Pane integrale veloce di farro

1. Appena l'impasto è raddoppiato, amalgamate nuovamente, formate due pagnotte, disponetele su una teglia e lasciate lievitare nuovamente per circa mezz'ora.
2. Cuocete il pane integrale in forno preriscaldato per circa 5 minuti a 250° C, poi abbassate la temperatura a 180° C e cuocete per altri 50 minuti.
3. Sfornate il pane e lasciatelo raffreddare su una griglia.
4. Sciogliete il lievito secco in acqua tiepida, aggiungetelo a tutti gli altri ingredienti, impastate bene e lasciate lievitare per qualche ora.

Buona fortuna



Martha Mulser

Contadina dei prodotti di qualità del Gallo Rosso
PFLEGERHOF A CASTELROTTO/SEIS