



CIABATTA GLUTEN FREE con farina di grano saraceno

impasto base

INGREDIENTI

PANE PIZZA & FOCACCIA GLUTEN FREE

FARINA DI GRANO SARACENO

ACQUA - (1) A 37°C

ACQUA - (2) A 37°C

LIEVITO

SALE

PREPARAZIONE

- g 850 Temperatura dell'impasto 30°C circa
- g 150 -Impastare in planetaria con foglia a media velocità per 3 minuti tutti gli ingredienti
- g 850 tranne l'acqua (2)
- g 250 -Aggiungere la restante acqua a filo ed impastare per altri 2-3 minuti
- g 50 -Far riposare 20 minuti in bacinella unta con olio d'oliva o spray staccante
- g 28-30 -Stendere su un tavolo ben infarinato (farina di grano saraceno)
- Infarinare anche la superficie e schiacciare la pasta formando un rettangolo con altezza 2 centimetri
- Spezzare formando delle strisce regolari della lunghezza di 15-20x7-8 cm
- Mettere a lievitare per 30-45 minuti a 32°C con umidità al 75-80%
- Cottura a 220-230°C per 18-20 minuti con abbondante vapore

AVVERTENZE:

-la temperatura dell'acqua a 37°C è molto importante per avere un risultato ottimale in termini di lavorabilità dello stesso, di sviluppo e alveolatura del prodotto finito.