CIABATTA GLUTEN FREE con farina di grano saraceno

impasto base

INGREDIENTI

PANE PIZZA & FOCACCIA GLUTEN FREE	g 850
FARINA DI GRANO SARACENO	g 150
ACQUA - (1) A 37°C	g 850
ACQUA - (2) A 37°C	g 250
LIEVITO	g 50
SALE	g 28-30

PREPARAZIONE

Temperatura dell’impasto 30°C circa

-Impastare in planetaria con foglia a media velocità per 3 minuti tutti gli ingredienti tranne l’acqua (2)

-Aggiungere la restante acqua a filo ed impastare per altri 2-3 minuti

-Far riposare 20 minuti in bacinella unta con olio d’oliva o spray staccante

-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.