



CIABATTA GLUTEN FREE CON FARINA DI GRANO SARACENO

👤 Livello intermedio

IMPASTO BASE

PANE PIZZA & FOCACCIA GLUTEN FREE

farina di grano saraceno
acqua - (1) a 37°C
acqua - (2) a 37°C
lievito
sale

850g
150g
850g
250g
50g
28-30g

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.