



QUADROTTI CON FARINA DI GRANO SARACENO, SESAMO E PAPAVERO GLUTEN FREE

chef Livello intermedio

Impasto

INGREDIENTI

PANE PIZZA & FOCACCIA GLUTEN FREE

farina di grano saraceno

semi di papavero

semi di sesamo

acqua - a 37°C

lievito

sale

PREPARAZIONE

- 1000g Temperatura dell'impasto 30°C circa
200g -Miscelare tutto insieme a media velocità in planetaria con foglia per 5
50g minuti
100g -Spolverare con il mix o con farina di riso o farina di grano saraceno o mais
1100g ricoprendo tutta la superficie e stendere e stendere sul tavolo formando un
50g rettangolo di 30x40 cm
30g -Lasciare riposare per 5-10 minuti a temperatura ambiente
-Spezzare dei quadrotti del peso di 100 grammi e depositarli su un panno
cosparso di farina di grano saraceno o direttamente su teglia con carta da
forno
-Mettere a lievitare per circa 1 ora in cella di lievitazione a 30°C con umidità al
70%
-Girare i pani e porli su di una teglia o su telai
-Infornare con abbondante vapore a 230°C per 25 minuti circa
- 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.