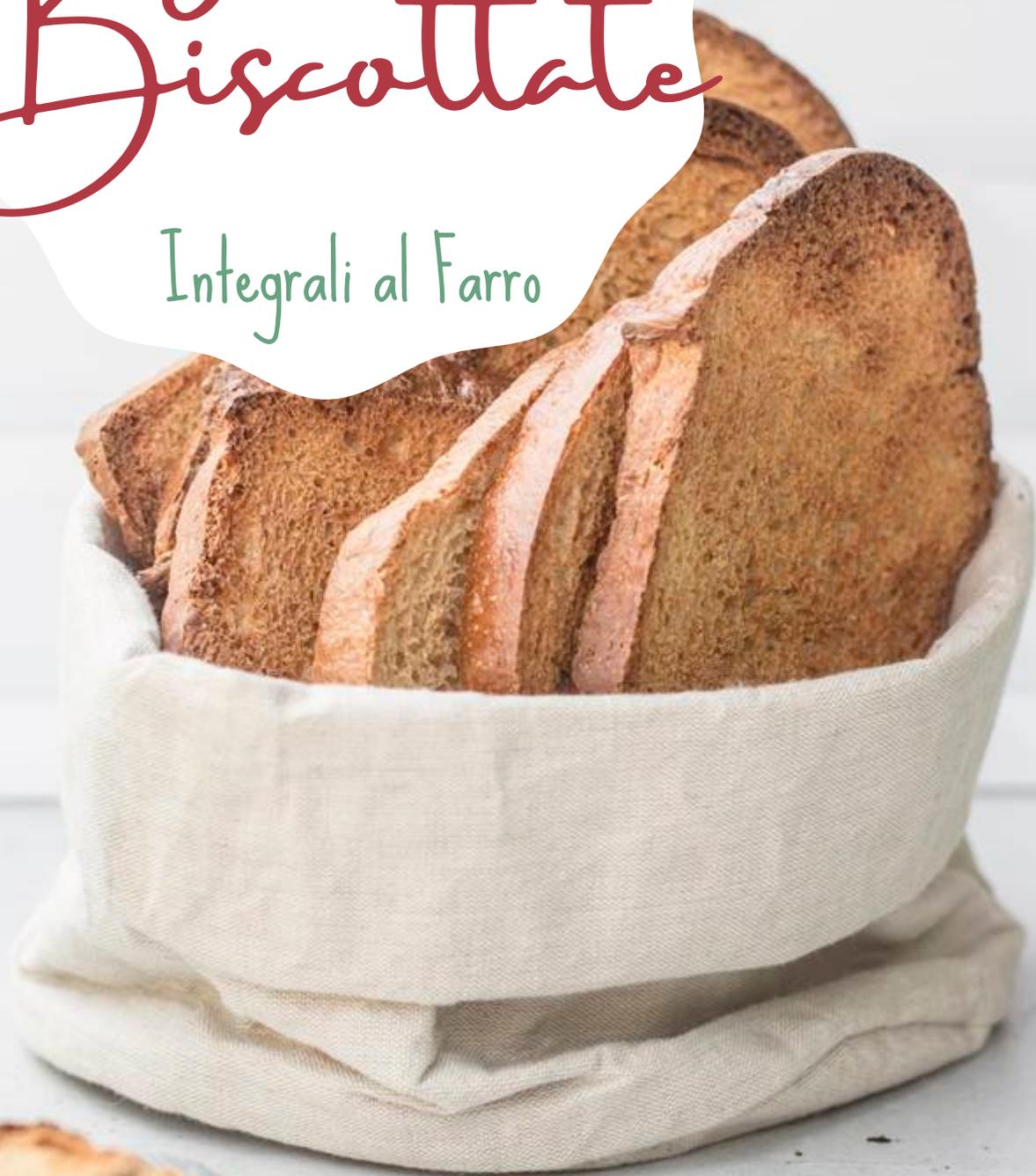


Fette Discottate

Integrali al Farro



Fette Biscottate al Farro



INGREDIENTI

- 250 g farina buratto o Tipo 0
- 150 g farina di farro
- 70 g zucchero di canna
- 80 ml olio di semi
- 130 ml acqua (circa)
- 10 g lievito di birra fresco
- 10 g malto di orzo

PREPARAZIONE

1. Sciogli il lievito con il malto in 100 ml di acqua tiepida
2. In planetaria riunisci le farine con lo zucchero e l'olio
3. Aggiungi il lievito sciolto e inizia a impastare con il gancio per i lievitati
4. Fai incordare per bene aggiungendo il resto dell'acqua se l'impasto fosse troppo duro.
5. Trasferisci in una ciotola unta fino al raddoppio di volume
6. Preleva l'impasto, dividilo in tre filoncini e intrecciali, ripiega i bordi e trasferisci in uno stampo da plumcake unto e infarinato
7. Fai lievitare fino a che arrivi al bordo
8. Cuoci in forno caldo a 200° per 30'
9. Estrai e fai raffreddare completamente prima di affettare
10. Disponi poi le fette sulla teglia e cuoci a 190° per 5' poi girale e cuoci di nuovo per altri 5'
11. Estrai e fai raffreddare le fette biscottate.