

# PANE RUSTICO (NATUR ACTIV)

## PANE RUSTICO A LIEVITAZIONE NATURALE

LIVELLO DI DIFFICOLTÀ





### PRIMO IMPASTO

INGREDIENTI		PREPARAZIONE
FARINA "FORTE"	g 5.000	Impastare per 10 minuti circa (impastatrici a spirale) tutti gli ingredienti.
ACQUA	g 2.750	Controllare che la temperatura della pasta sia di 26-27°C.
NATUR ACTIV	g 300	Porre a lievitare per 12 ore a 26-28°C, in alternativa 16-18 ore a 20-22°C.

#### SECONDO IMPASTO

	PREPARAZIONE
g 5.000	Impastare per 10 minuti circa (impastatrici a spirale) tutti gli ingredienti con il primo impasto e
g 2.500	comunque fino ad ottenere un impasto liscio.
	Protrarre comunque l'impasto sino ad ottenere una pasta ben elastica.
	Controllare che la temperatura della pasta sia di 24-26°C.
	Lasciare riposare l'impasto per 60-70 minuti a 28-30°C e suddividerlo nelle pezzature desiderate
	(da 100g a 500g).
	Arrotolare la pasta ben stretta in forma di pagnotte, filoncini, ciabattine ecc.
	Porre in cella di lievitazione a 28-30°C ed umidità relativa del 70-80% per 90 minuti circa.
	Se si desidera un pane più rustico porlo invece a lievitare su assi abbondantemente infarinate.
	_



### COMPOSIZIONE FINALE

Cuocere pani da 100 grammi per 20 minuti a 210-220°C e pani da 500 grammi per 40 minuti a 210-220°C.

