



FOCACCIA INTEGRALE ALLA SEGALE CON GERME DI GRANO

LIEVITATI SALATI

LIVELLO DI DIFFICOLTÀ   

IMPASTO

INGREDIENTI

INTEGRAL	g 10000
ACQUA	g 6000-6500
OLIO D'OLIVA	g 500
LIEVITO	g 400

PREPARAZIONE

Impastare per 10 minuti circa tutti gli ingredienti e comunque fino ad ottenere un impasto liscio.

Suddividere nelle pezzature desiderate (1000-1200g per teglia 60x40).

Lasciar puntare i pezzi direttamente sulle teglie già oliate, per 15-20 minuti a 22-24°C.

Schiacciare la pasta uniformemente sulla teglia e porre a lievitare in cella di lievitazione a 30°C con umidità relativa dell'80% circa.

FINITURA

INGREDIENTI

OLIO D'OLIVA	Q.B.
SALE FINO	Q.B.
ROSMARINO	Q.B.

COMPOSIZIONE FINALE

Prima d'infornare schiacciare nuovamente con le dita, cospargere abbondantemente con olio d'oliva, salare e a piacere decorare con rosmarino.

Cuocere a 230°C per 15-20 minuti.