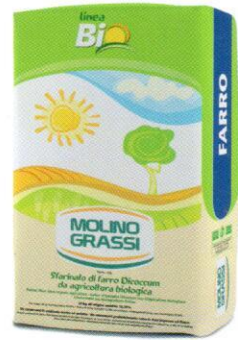


a cura di Sara Conti - in collaborazione con Molino Grassi

Una pagnotta sfiziosa

Oggi è possibile preparare panini moderni con gli ingredienti di una volta. Per **valorizzare il gusto e il valore nutrizionale del farro**, basta supportarlo con una biga di Manitoba, rigorosamente biologico

Farro Molino Grassi
Linea Bio



Farina di Farro Spelta Biologico
Molino Grassi

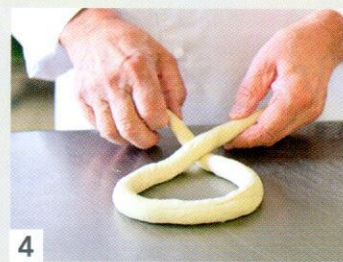
In questa puntata il maestro Giorilli ci mostra come realizzare un panino dalla forma originale e dal gusto speciale. L'impasto, infatti, è fatto con farine biologiche, la **Manitoba Molino Grassi** per la biga di 20 ore – per dare sostegno all'impasto – e una **Farina di farro spelta** dello stesso molino parmigiano, un cereale antico, molto robusto ma a bassa resa, con basso tenore proteico e ridotto contenuto di glutine. «Quello che conta – ci spiega il maestro – è l'approccio a questo tipo di farine sempre più rivalutate, all'insegna della riscoperta dei sapori e dei ritmi del passato. L'approccio deve essere più "soft", è necessario non stressare la pasta e rispettare i tempi di fermentazione senza

forzature. Questo panino, grazie alla presenza del farro, risulta molto saporito e digeribile. È ideale da proporre nel panificio moderno, per una pausa pranzo sfiziosa e al contempo sana». ■



Il maestro
Giorilli

IL MAESTRO MOSTRA COME REALIZZARE LA PAGNOTTA INTRECCIATA



*La farcitura suggerita dal Molino Grassi
Pagnotta intrecciata
al farro spelta biologico
con prosciutto di praga,
brie e salsa tartara*

Pagnotta intrecciata al farro spelta biologico

Biga 18/22 ore

5000 g › Farina Manitoba Biologica Molino Grassi

2250 g › Acqua

50 g › Lievito

Tempi di impasto

Impastatrice spirale: 4 minuti in 1° velocità

– Impastatrice tuffante 4 minuti in 1° velocità –

Impastatrice forcilla: 5 minuti in 1° velocità

Temperatura lievitazione biga: 17-18°C

Impasto

Biga

3000 g › Farina di farro spelta
biologico Molino Grassi

2150 g › Acqua (55% su tot. farina)

160 g › Sale (2% su tot. farina)

60 g › Lievito (2% su tot. farina)

Tempi di impasto

Impastatrice spirale: 10 minuti in 1° velocità –

Impastatrice tuffante 12 minuti in 1° velocità.

Temperatura finale impasto: 24°C

Iniziate l'impasto con farina, lievito, biga e acqua lasciandone a parte il 5% che sarà aggiunto a metà impasto con il sale. Terminato l'impasto date una puntatura di circa 40/45 minuti, suddividete in pezzature desiderate e formate a piacere (in questo caso date la forma del Bretzel). Ponete a lievitare evitando incrostazioni fino a raggiungere il raddoppio del suo volume iniziale. Infornate a 220°C dando un leggero vapore e dopo qualche secondo aprite il tiraggio. Raggiunto il suo sviluppo chiudete il tiraggio. Terminate la cottura a tiraggio aperto. Il tempo di cottura è determinato dalla pezzatura.

