

## Pane contadino

con INFIBRA 1 / 380, INFIBRA 2 / 230 e semola rimacinata di grano duro.

Ricetta n. 10

### ingredienti biga.

farina INFIBRA 1 / 380	kg 1
acqua	g 420
lievito di birra	g 10

### tempi generici impasto biga.

Spirale	4 minuti in prima velocità
Tuffante	6 minuti in 1 <sup>a</sup> velocità
Forcella	8 minuti in 1 <sup>a</sup> velocità
riposo biga	16-18 ore a 17°-18°C in clima – biga

### preparazione dell'impasto.

farina INFIBRA 2 / 230	kg 1
semola rimacinata di g. duro	kg 0,5
acqua	lt 1
sale	g 40
lievito di birra	g 45
coadiuvante naturale	g 12,5

### procedimento.

Impastare con impastatrice a spirale, per un tempo di 20 minuti in 1<sup>a</sup> velocità e 1 minuto se si vuole in 2<sup>a</sup> velocità, spolverizzando (con farina) l'impasto in modo da farlo asciugare e lisciare.

Unire tutti gli ingredienti, ad esclusione del 30 % di acqua che verrà incorporata da metà impasto in poi. Il sale andrà aggiunto a metà impasto e il lievito verso la fine dell'impasto.

Temperatura fine impasto 22-24°C circa.

### formatura.

Estrarre la massa ottenuta dall'impastatrice e realizzare un riposo in mastello coperto per 15 minuti.

Iniziare a tagliare l'impasto, quindi fare le pezzature desiderate.

Abbiamo utilizzato spezzature da g 500 per ottenere la forma tradizionale allungata e tozza con due tagli sopra, a filoncini invece abbiamo utilizzato spezzature di g 350.

La **formatura della pezzatura allungata e tozza** viene eseguita in due passaggi: prima grossolanamente e, dopo, lisciando i filoncini accuratamente con le mani. Sistemare sugli stampi da forno e delicatamente fare due incisioni oblique.

Inserire gli stampi in cella di **lievitazione** impostata a 30°C e al 70 % di umidità relativa.

Per eseguire **formatura della pezzatura a filoncino** da g 350, arrotolare grossolanamente le spezzature, schiacciare, e coprire da materiale plastico per 10-15 minuti. Finito il riposo passare i pezzi con la formatrice precedentemente regolata per formare i filoncini.

Posizionare sugli stampi e introdurre in cella di **lievitazione** per circa 90 minuti.

Finita la lievitazione e mentre si attende che il forno raggiunga la temperatura di cottura, lasciare le placche con il pane lievitato a temperatura ambiente al fine di lasciarle asciugare e formare un minimo di "pelle". In modo delicato e opportuno, incidere i filoncini sulla parte alta, facendo i tradizionali 3 - 4 tagli obliqui.

**cottura.**

Utilizzando forno elettrico consigliamo una temperatura di 220°C, regolando la camera di cottura con intensità 15% di piastra, e 40% di cielo.

Infornare con vapore medio e, passati 10 minuti, spegnere il forno e cuocere con il solo calore residuo, "a caduta".

Indicativamente il tempo di cottura si aggira fra i 24-25 minuti per la pezzatura più grande, e 22 minuti per i filoncini (comunque variabile in base alla pezzatura realizzata).

[ricetta di Andrea Pau, mastro panificatore]



**scheda ricetta**



MOLINO DENTI - SUPPORTO TECNICO PROFESSIONISTI  
telefono: +39 0522 1606523 - fax +39 0522 1601151 - email: [supporto@molinodenti.it](mailto:supporto@molinodenti.it)  
tutte le informazioni e le ricette su [www.farinainfibra.it](http://www.farinainfibra.it)

**INFIBRA**