

Ricetta Pana Annette Ackermann



x x x x x

1) Pane di segale senza lievito madre / con latticello fresco

Preparativi il giorno prima:

Pesare tutti gli ingredienti (250g farina di segale (tipo 1050), 1 cubetto di lievito fresco oppure una bustina di lievito secco, 300g latticello biologico. Mescolare brevemente (non impastare) e coprire con una tela cerata oppure una pellicola trasparente. Lasciare riposare l'impasto per 8 ore a temperatura d'ambiente.

Il giorno della panificazione:

Aggiungere mescolando gli ingredienti (100g farina di segale (1050), 150g farina di frumento oppure farina di farro (per esempio 812), 5g / 1 cucchiaino sale, 10g / 2 cucchiaini spezia del pane, 160g acqua fredda) e poi lasciare riposare per altre 2 ore a temperatura d'ambiente.

Prescaldare il forno a 230°C (aria calda). Versare l'impasto in una padella per pane unta.

Cuocere il pane nel forno prescaldato per ca. 45 minuti con tanto vapore, aggiungere, spruzzando una mezza tazza d'acqua nel forno, chiudere subito il forno oppure mettere una ciotola con acqua fredda nel forno.

Erste BIO-Molkerei Deutschlands

Milchwerke Berchtesgadener Land Chiemgau eG
Hockerfeld 5-8
83451 Piding
Deutschland

Tel.: +49 8651 7004-1150
Fax: +49 8651 7004-1199
E-Mail: info@molkerei-bgl.de
www.molkerei-bgl.de



Ricetta Pana Annette Ackermann

Suggerimenti di Annette:

Annette preferisce farro al posto del grano. Questo per Lei è più digeribile, più sano ed ad alta qualità e lei usa come grado di macinazione sempre il tipo 812, che lei compra – assieme alle miscele di spezie di pane – presso “Demeter-Getreide-Chiemgau” oppure presso un mulino regionale.

Lei riesce ad ottenere variazioni nel pane, aggiungendo una mano piena di cereali: ...quello che ha a disposizione: semi di lino, sesamo, semi di girasole eccetera. Sta sperimentando anche con altri ingredienti come polpa di zucca ed olio di semi di zucca, tenendo conto che l'impasto non diventi troppo liquido. Chi cuoce più spesso, sente subito la giusta consistenza dell'impasto del pane.

2) 100% Pane di segale

Ingredienti per un pezzo di pane

Preimpasto:

Lievito madre (pagina 2)

150g farina di segale (960)

150g acqua tiepida

Pasta di Pane:

120g acqua tiepida

100g latticello tiepido

250g farina di segale

5g sale

250g lievito madre

1 cestino di lievitazione / farina di segale da setacciare



Erste BIO-Molkerei Deutschlands

Milchwerke Berchtesgadener Land Chiemgau eG
Hockerfeld 5-8
83451 Piding
Deutschland

Tel.: +49 8651 7004-1150
Fax: +49 8651 7004-1199
E-Mail: info@molkerei-bgl.de
www.molkerei-bgl.de





Ricetta Pana Annette Ackermann

Tempo di preparazione:	ca 16 ore
Ore lavorative:	15 a 20 minuti
Temperatura di cottura:	250 °C aria calda – per il preriscaldamento 230 °C per la cottura
Tempo di cottura:	45 minuti

Preparazione:

Lavoro preparatorio il giorno prima

Togliere dal frigo il lievito madre e mescolarlo con 150g farina di segale e 150g acqua. Dopo lasciare riposare per 6-10 ore a temperatura ambiente. Affinchè la parte accida produce bollicine. Togliere 250g di lievito madre e mettere il resto in un barrattolo in frigo, fino al prossimo utilizzo.

Lavoro preparatorio il giorno della cottura

Mettere acqua in una terrina, poi pesare ed aggiungere gli ingredienti rimanenti (latticello, farina, sale e lievito madre). Impastare tutto brevemente e lasciare riposare per 3-5 ore l'impasto, coprendolo con una pellicola trasparente.

Quindi modellare l'impasto in una pagnotta. Mettere la Pagnotta con la chiusura in giù in un cesto di cottura, infarinato con farina di segale. (pagina 82). Lasciare così la pagnotta per alter 1-2 ore, finchè ingrandisce. Preriscaldare il forno per 30 minuti a 250°C aria calda.

Rovesciare il pane dal cestello su una teglia e mettere subito nel forno caldo. Ridurre la temperatura del forno a 230°C e cuocere il pane con tanto vapore per ca. 45 minuti.

Erste BIO-Molkerei Deutschlands

Milchwerke Berchtesgadener Land Chiemgau eG
Hockerfeld 5-8
83451 Piding
Deutschland

Tel.: +49 8651 7004-1150
Fax: +49 8651 7004-1199
E-Mail: info@molkerei-bgl.de
www.molkerei-bgl.de

