Altre ricette

Il pane di Marion

Questa è la ricetta di Marion, una nostra gasista, per fare un pane squisito - provato personalmente da molti di noi! Il procedimento è un po' diverso da quelli tradizionali, ma il risultato sarà sorprendente: un pane croccante fuori e morbido dentro, una vera delizia!
Qui è scritto il procedimento usato da lei, con le farine che acquistiamo dal nostro produttore Molino Silvestri; ma le farine possono variare a gusto proprio e anzi, è vivamente consigliato sperimentare ;)
Un'ultima nota: Marion usa gli stampi del plum-cake per dare forma all'impasto del suo pane, che è molto morbido.
Buon divertimento!

Ingredienti:

- farina di grano tenero tipo 1 (300 g)
- farina integrale di grano tenero (1 kg)
- farina di segale (500 g)
- farina di farro (500 g)
- bulgur (grano spezzato cotto, 100 g)
- lievito madre* (100 g)
- semi di lino e/o girasole e/o finocchio
- sesamo
- sale
- acqua

* Se non sapete dove trovare la pasta madre, chiedete a qualche gasista o consultate il sito che vi proponiamo nella sezione Extra: Spacciatori di Pasta Madre!

Preparazione:
Attivare la pasta madre la mattina.
Nel pomeriggio mettere insieme le farine di segale, di farro e integrale di grano tenero, il bulgur, i semi di lino e/o girasole e/o finocchio, il sesamo o quello che si ha in casa; aggiungere parecchia acqua e girare tutto con una cucchiarella di legno in modo che rimanga molto morbido (la pappa deve appiccicarsi al cucchiaio di legno).
Lasciar riposare con un panno per tutta la notte.
Il giorno dopo, lavorare bene il tutto aggiungendo la farina di tipo 1: la pasta non deve più tanto appiccicarsi alle mani, deve diventare una palla morbida ma staccata. Mettere l'impasto nelle forme da plum cake, aspettare un'altra ora o due e poi mettere nel forno freddo accendendolo a 250°C per 1 ora.