



PANE SCURO MULTICEREALI E MULTISEMI (NATUR ACTIV - MULTIGRAIN FIT)

PANE A LIEVITAZIONE NATURALE

LIVELLO DI DIFFICOLTÀ



PRIMO IMPASTO

INGREDIENTI

FARINA "FORTE"
ACQUA
NATUR ACTIV

g 5.000
g 2.750
g 300

PREPARAZIONE

Impastare per 10 minuti circa (impastatrici a spirale) tutti gli ingredienti.
Controllare che la temperatura della pasta sia di 26-27°C.
Porre a lievitare per 12 ore a 26-28°C, in alternativa 16-18 ore a 20-22°C.

SECONDO IMPASTO

INGREDIENTI

MULTIGRAIN FIT
ACQUA

g 5.000
g 2.750

PREPARAZIONE

Impastare per 10 minuti circa (impastatrici a spirale) tutti gli ingredienti con il primo impasto e comunque fino ad ottenere un impasto liscio.
Protrarre comunque l'impasto sino ad ottenere una pasta ben elastica.
Controllare che la temperatura della pasta sia di 24-26°C.
Lasciare riposare l'impasto per 60-70 minuti a 28-30°C e suddividerlo nelle pezzature desiderate (da 100g a 500g).
Arrotolare la pasta ben stretta in forma di pagnotte, filoncini, ciabattine ecc.
Porre in cella di lievitazione a 28-30°C ed umidità relativa del 70-80% per 90 minuti circa.
Se si desidera un pane più rustico porlo invece a lievitare su assi abbondantemente infarinate.

COMPOSIZIONE FINALE

Cuocere per 20 minuti a 210-220°C pani da 100g, 40 minuti a 210-220°C per pani da 500g.