

Pane umbro

Ingredienti

(x 2 filette)

1 Kg di FARINA di FRUMENTO TENERO “Tipo 2”

5 g di sale

25 g d’olio extra vergine d’oliva

25 g di lievito di birra

500 ml di acqua tiepida

Preparazione

Versare la farina a fontana su di un piano da lavoro (spianatoia), aggiungere il sale e l’olio extra vergine d’oliva. Sciogliere il lievito nell’acqua ed aggiungerne un po’ alla volta agli altri ingredienti iniziando ad impastare. Dopo aver ottenuto un composto consistente ed omogeneo lasciarlo lievitare per circa 1 ora. Impastare di nuovo e formare 1 filone, disporlo su di una placca da forno e praticare dei tagli trasversali sulla superficie. Lasciar lievitare di nuovo fino a che non avrà raddoppiato il suo volume. Cuocere in forno preriscaldato a 220° per i primi 10 minuti ed a 200° per 45-50 minuti.

