Pane rustico

Ricetta di V-ZUG SA



Preparazione	30 Min.
Tempo di riposo	10 Ore 30 Min.
Tempo di cottura	30 Min.
Pezzo	2
Elettrodomestico	CombiSteamer V6000 Grand dal 2022

Il pane rustico alla radice deve il suo nome alla caratteristica torsione dell'impasto, che ricorda una radice d'albero. Questo conferisce struttura, una crosta aromatica e una mollica leggera e soffice.

Prefermento

30 ml acqua

45 g lievito madre attivo

50 g di farina bianca

10 g di farina integrale

Impasto

300 g di farina bianca

100 g di farina integrale

260 ml acqua

1 cucchiaino miele fluido

3 g lievito, sbriciolato

10 g sale

40 ml acqua

Modellatura

un filo di farina bianca, per spolverare

Prefermento

Mescola l'acqua e il lievito madre in una ciotola. Mescolare la farina bianca semplice e la farina integrale. Coprite e lasciate riposare il preimpasto a temperatura ambiente per circa 8-12 ore.

Impasto

Metti la farina bianca semplice, la farina integrale e l'acqua nella ciotola di una planetaria. Mescolare con il gancio per impastare a bassa velocità per circa 5 minuti, quindi coprire e lasciare riposare per circa 30 minuti. Aggiungere il miele, il lievito e il preimpasto, e impastare a velocità media per circa 5 minuti. Aggiungere il sale e continuare a impastare per circa 5 minuti fino a ottenere un impasto liscio, aggiungendo gradualmente l'acqua rimanente. Trasferire l'impasto in una ciotola leggermente unta. Inserire nello spazio di cottura e lasciare lievitare con la funzione di lievitazione professionale a 32 °C per circa 2 ore. Dopo circa 45 minuti di lievitazione, rimuovere l'impasto dallo spazio di cottura. Staccare l'impasto dai lati della ciotola, sollevarlo da tutti i lati e piegare ogni lato verso il lato opposto. Torna allo spazio di cottura e continua la lievitazione. Ripetere questo processo di piegatura un'altra volta durante il tempo di lievitazione rimanente.

Cottura professionale Lasciare lievitare 32 °C per 2 Ore

(senza intervallo)

Modellatura

Rovescia con cura l'impasto su una superficie di lavoro infarinata. Dividi l'impasto a metà, spolveralo con farina e attorciglia delicatamente ogni pezzo da entrambe le estremità (come strizzare un asciugamano, ma delicatamente). Posizionare i 2 impasti intrecciati su una pala di legno o un tagliere foderato con carta da forno.

Cottura

Inserire la teglia nel vano cottura, preriscaldare con cottura professionale infarinatura a 220 °C. Utilizzando la pala di legno, fai scivolare i 2 impasti intrecciati con la carta da forno sulla teglia preriscaldata nello spazio di cottura. Cuocere per circa 30 minuti. Rimuovere i filoni e lasciarli raffreddare su una griglia.

Inserire il vassoio per il preriscaldamento.

(Pre)riscaldare la camera di cottura a 220 °C con Cottura professionale rustica

Preriscaldamento completato. Posizionare l'impasto sulla teglia calda.

Cottura professionale rustica 220 °C per 30 Min.

Accessori

Teglia da forno

Pala in legno

Ulteriori informazioni

Creata il	13.04.2026