



• IL FILONE INTEGRO GONZAGA •

Solo quattro ingredienti: farina integrale di grano varietà BISANZIO, acqua, pasta madre, sale.
Non serve altro, è il grano che ci mette tutto se stesso.

RICETTA PER 2 FILONI DA 500g

Farina integrale di grano GONZAGA
macinata grossolanamente • 700g
Pasta madre Sosi (in crema) • 100g

Acqua • 450g
Sale • 10g



Impastate tutti gli ingredienti, trattenendo 50 g d'acqua. Quando avete ottenuto un impasto morbido e liscio, incorporate il resto dell'acqua.



Lasciate lievitare l'impasto 1 ora e date una "piega di forza"; ripetete l'operazione dopo un'altra ora; quindi lasciate lievitare in un recipiente coperto da un canovaccio, a temperatura ambiente.

Dividete in 2 porzioni uguali l'impasto lievitato, lavoratelo con cura imprimendo una forma rotonda; lasciate lievitare le 2 pagnotte per 30 minuti e formate i filoni che vanno lasciati lievitare a temperatura ambiente, coperti con un canovaccio, fino al raddoppio del loro volume.



Capovolgete i filoni sulla teglia (o meglio piastra di pietra refrattaria preriscaldata), praticate sulla superficie dei filoni 2 incisioni nel senso della lunghezza con coltello affilato e cuocete come vostra abitudine per almeno 35 minuti nel forno a 220°