



## Pan de Mej



Semilavorato con mais (28%) e segale (25%)

### Ingredienti

Farina di grano tenero tipo "0"  
Farina di mais  
Farina integrale di segale  
Crusca di grano tenero  
Farina di grano saraceno  
Farina di grano maltato  
Enzimi  
Acido ascorbico

### Ricetta

PAN DE MEJ 10 kg  
Acqua 5,7 l  
Olio d'oliva 450 g  
Lievito 300 g  
Sale 170 g

### Procedimento

Impastare gli ingredienti fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo.  
Fare riposare per 10 minuti.  
Spezzare in pezzi da 300 g formare.  
Fare lievitare in cella di lievitazione per 60 minuti.  
Infornare con vapore a 210°C .  
Si consiglia di aprire le valvole poco prima della cottura.