



Eptasi



Preparato ai cereali con sesamo, soia e lino

Ingredienti

Farina di grano tenero tipo "00"
Semi di sesamo
Crusca di grano tenero
Farina di mais
Semola di soia tostata
Semi di lino
Fiocchi d'avena
Farina integrale di segale
Miglio
Fiocchi d'orzo
Pasta acida di segale
Estratto di orzo maltato in polvere
Farina di grano maltato
Enzimi
Acido ascorbico

Ricetta

Eptasi	10 kg
Acqua	5,5 l
Lievito	300 g
Sale	170 g

Procedimento

Impastare gli ingredienti fino ad ottenere un impasto omogeneo.
Fare riposare per 20 minuti.
Spezzare in pezzi da 100 g e formare.
Fare lievitare in cella di lievitazione per 60 minuti.
Infornare con vapore a 220°C per 20 minuti.
Si consiglia di aprire le valvole a metà cottura.