



Schiacciata ai Cereali



Ricetta per schiacciata ai cereali

Ingredienti

Farina di grano tenero tipo "0", 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 1000 gAcqua 550 gLievito 30 gSale 17 g

Procedimento

Impastare tutti gli ingredienti fino ad ottenere una pasta liscia e levigata. Dividere la pasta in pezzi da 500/600 g circa e fare riposare per 5 minuti. Stendere con la sfogliatrice allo spessore di 2-3 mmMettere sulla teglia (60x40) oliata. Oliare la superficie e fare lievitare per 30 minuti in cella di lievitazione.Cospargere a piacere con sale e infornare a 220/230°C con vapore. A metà cottura aprire le valvole.