



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE002395 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 16 Lug 2018 alle ore 16:12

da FRANCESCO MIRANDA PIZZACHEF

Livello di difficoltà: Difficile

Piatto tipico della stagione: Estate

Come ti senti gustando la tua ricetta? Leggero

Màdia

Pizza realizzata con impasto ai cereali e ingredienti di origine vegetale

Tempo di preparazione: 24 ore

Ingredienti per 1 persone

Impasto:

farina di tipo 1 80 g
farina integrale 40 g
senatore cappelli 20 g
farina di grano arso 10 g
farina di grano saraceno 10 g
semi di chia 5 g
semi di lino 5 g
semi di girasole 5 g
acqua 100 g
lievito 0,1 g
sale 5 g

Condimento:

datterini gialli 50 g
zucchine 30 g
peperoni 30 g
olive taggiasche 5 g
Pesto di rucola e mandorle: rucola 20 g, mandorle 10 g, olio evo bio 5 g.

Prodotti utilizzati

Farina di tipo 1 Petra 3 e integrale Petra 9. Datterini gialli Così com'è. Olio evo bio D'Alessandro

Strumenti di cottura

Forno Rational per le verdure. Forno a legna per la pizza

Preparazione

Impasto: miscelare le farine con l'80% dell'acqua della ricetta, riposare per 4 ore a temperatura di 16° "Autolisi" trascorse le 4h terminare l' impasto con il restante degli ingredienti (lievito, sale e acqua) impastare per 10 minuti, formare una palla liscia e omogenea, coprire e porre in cella a 5° per 20 ore. Dopo le 20 ore formare i panetti e aspettare che raddoppi il loro volume 4 ore circa.

Preparare gli ingredienti: zucchine e peperoni tagliati a julienne e conditi con olio e sale, cuocere al forno a 200° per 10 minuti circa.

Pesto: frullare rucola, mandorle e olio con un po' di ghiaccio.

Stendere il disco di pasta con movimento circolare partendo dal centro e aiutandosi con un po' di farina e lasciando un po' di cornicione, condire con datterini gialli, olive, zucchine e peperoni. Infornare e lasciar cuocere fino a dorare bene i cornicioni. Poi condire con pesto alla rucola formando una spirale.

Vino consigliato

Bicchiere di acqua con fettine di cetrioli e limone foglioline di menta