



**MySocialRecipe**

Questa ricetta è mia!



**Ricetta N. RE001654**

Registrata in data 01 Ago 2017 alle ore 09:28

da **BELLOCCHIO FRANCESCO**

Livello di difficoltà: Medio

Piatto tipico della stagione: Estate

Come ti senti gustando la tua ricetta? Leggero

## Fruttata

Un piatto tipicamente estivo.

Tempo di preparazione: 48 ore

### Ingredienti per 1 persone

Per la fermentazione spontanea :

120 g acqua

40 g grano spezzato Bulgur

Per l'impasto:

480 g acqua

1 kg farina tipo 1 macinata a pietra

28 g sale

30 g olio evo

Per la farcitura:

n. 1 kiwi New Zeland

n. 1 kiwi gold

1/2 melone

100 cc panna Elena

n. 5 fette prosciutto crudo San Daniele

50 g. mozzarella di bufala

glassa di aceto balsamico di Modena .

### Prodotti utilizzati

Farina molino Vigevano tipo 1 macinata a pietra

Grano spaccato bulgur

Mozzarella fiordilatte

Mozzarella di bufala

Kiwi New Zeland

Kiwi gold

Prosciutto crudo San Daniele

Glassa aceto balsamico di Modena.

### Strumenti di cottura

Forno a legna o elettrico, tegame.

### Preparazione

Prima fase: prendete il tegame e mettete 120 g acqua e portatela a 70° dopo spegnete la fiamma e mettete il bulgur a mollo e lasciatelo fermentare per 10 ore.

Seconda fase mettete nell' impastatrice 1 kg farina, fatela ossigenare facendola girare a vuoto per 5 minuti, aggiungete 480 g di acqua fredda, quando ha raggiunto una certa consistenza aggiungete il composto bulgur che avete fatto

fermentare per altri 6 minuti, aggiungete 28 g sale a pioggia e ad impasto quasi completato l'olio evo a filo. Fate girare il totale dell' impasto non più di 20 minuti ad una temperatura d'impasto finale di massimo 24°. Mettete l'impasto in una bacinella ben chiusa per 24 ore.

Terza fase: fare lo staglio delle palline a 250 g e fatele riposare a t.c. per altre 24 ore.

Quarta fase: tiratele fuori dal frigo e portatele a temperatura ambiente. Ora potete stendere la vostra pizza per il resto allego il video.

### **Vino consigliato**

Una buona birra artigianale blonde