



Ricetta N. RE001589

Registrata in data 19 Lug 2017 alle ore 11:09

da **DINO CAVALLARO**

Livello di difficoltà: Medio

Piatto tipico della regione: Calabria

Piatto tipico della stagione: Estate

Come ti senti gustando la tua ricetta? Appagato

L'alici

Alici saltate con aglio, olio e peperoncino con fior di latte e rucola.

Tempo di preparazione: 5 minuti

Ingredienti per 1 persone

Impasto

1 kg Farina Molino Caputo

70% acqua

lievito madre 0,5 per kg

olio evo 2 %

sale 2.5

Panetto pizza 270 g

80 g fior di latte

n. 6 alici

peperoncino q.b.

rucola 10 g

Prodotti utilizzati

Farina Molino Caputo

Fior di latte Mastro Archimeder

Rucola e peperoncino rigorosamente del mio orto

Strumenti di cottura

Forno elettrico e cucina

Preparazione

Per l'impasto si parte dalla farina e si mette il lievito, si aggiunge il 90% dell'acqua quasi subito, dopo 5 minuti si mettere il sale e dopo 10 minuti l'olio e si inserisce a seconda velocità nell'impastatrice altri cinque minuti. Togliere dall'impastatrice l'impasto a 23° e fare riposare 24 ore a massa a 5° poi stagliare altre 8 ore in frigo, poi lasciare a temperatura ambiente per 4 ore. Occorrono 30 ore tra maturazione e lievitazione. Fare soffriggere in padella aglio, olio e peperoncino e in ultimo aggiungere le alici
Stendere il panetto da 250 g dando la classica forma a disco e aggiungere gli ingredienti.

Vino consigliato

Vino bianco Cantine Senatore