



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE001043

Registrata in data 13 Feb 2017 alle ore 16:08

da ALESSIO MILETO

Panino al farro con hamburger di grano, feta greca e pomodori confit

Il grano Chirico è un ottimo addensante e così ho pensato di usarlo per preparare un hamburger di grano accompagnato da feta greca e pomodori confit per un panino da gustare insieme agli amici.

Tempo di preparazione: 30 minuti

Ingredienti per 8 persone

Per il pane al farro:

farina al farro 450 g
farina forte (00) 150 g
lievito compresso 12 g
acqua 375 g
olio e.v.o 40 g
sale 12 g

Per hamburger:

grano Chirico 300 g
macinato di manzo 300 g
feta 100 g
pomodori ramati n.1
olio e.v.o q.b.
sale e pepe q.b.

Preparazione

Impastare il pane al farro, lasciar lievitare e tagliare panini da 50 g.

Cuocere in forno a 180°C con il 20% di umidità.

Per l'hamburger sciacquare il grano in acqua fredda e aggiungerlo al macinato aggiustando di sale e pepe e qualche spezia a piacere.

Fare hamburger da 00 e cuocerli.

Tagliare fettine sottili di feta e aggiungere qualche falda di pomodoro confit.

Per il confit incidere i pomodori ramati e sbianchirli in acqua bollente per 40 secondi; raffreddarli in acqua e ghiaccio; tagliare a falde, privarli dei semi e stendere su placca da forno con spezie, aglio, olio e zucchero a velo.

Infornare a 130 °C per 40 minuti.