



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE002444 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 03 Ago 2018 alle ore 18:42

da FILOMENA PALMIERI

Livello di difficoltà: Facile

Sole di Calabria

Sole di Calabria è fatta con un impasto integrale e cereali sempre mulino Pivetti, con aggiunta di semola senatore cappelli e farro integrale del pollino; è un impasto 24 ore di massa e a 40 ore lo staglio e 4 ore di lievitazione sempre usando la tecnica del freddo. La pizza è farcita con crema di zucchine, mozzarella e provola affumicata e in uscita fiori di zucca, olio al bergamotto, guanciale croccante, pomodorini e menta.

Tempo di preparazione: 3 minuti

Ingredienti per 1 persone

Impasto integrale e cereali con aggiunta di semola senatore cappelli e farro integrale del pollino idratato al 75%

18 g sale

10 g olio a kg di farine

3 g lievito

Farcitura

40 g crema di zucchine

30 g fiori di zucca

30 g provola affumicata

70 g mozzarella

20 g pomodorini

40 g guanciale croccante

olio al bergamotto

menta

Strumenti di cottura

Forno a legna

Preparazione

Sole di Calabria è fatta con un impasto integrale e cereali sempre mulino Pivetti ma con aggiunta di semola senatore cappelli e farro integrale del pollino ed idratato al 75%, con 18 g di sale e 10 g di olio per kg di farine, e 3 g di lievito. Si impasta 5 minuti in prima velocità, 8 in seconda e altri 9 minuti in prima, poi 24 ore di massa a 40 ore lo staglio e 4 ore di lievitazione, sempre usando la tecnica del freddo.

Si stende il panetto e si passa alla cottura in forno elettrico a 340° e si condisce con crema di zucchine, mozzarella, provola affumicata e va in cottura; per finire in uscita si aggiungono i fiori di zucca, l'olio al bergamotto, guanciale croccante, pomodorini e menta.