



## GRISSINI GLUTEN FREE CON SEMI DI GIRASOLE

### STEP 1

---

#### INGREDIENTI

PANE PIZZA & FOCACCIA GLUTEN FREE  
FARINA DI GRANO SARACENO  
SEMI DI GIRASOLE  
ACQUA - A 37°C  
LIEVITO  
SALE

#### PREPARAZIONE

g 1000 Temperatura dell'impasto 30°C circa  
g 100 -Miscelare tutto insieme a media velocità in planetaria con foglia per 5 minuti  
g 200 -Spolverare con il mix o con farina di riso o farina di grano saraceno o mais ricoprendo tutta la  
g 1000 superficie e stendere formando un rettangolo di 60x40 cm  
g 50 -Lasciare riposare per 5-10 minuti a temperatura ambiente  
g 30 -Spezzare dei filoncini della lunghezza di circa 20 cm e larghezza 1 cm e depositarli direttamente  
su teglia con carta da forno

-Mettere a lievitare per circa 1 ora in cella di lievitazione a 30°C con umidità al 70%

-Infornare con abbondante vapore a 200°C per 25 minuti circa aprendo la valvola negli ultimi 5 minuti di cottura

**AVVERTENZE:** la temperatura dell'acqua a 37°C è molto importante per avere un risultato ottimale in termini di lavorabilità dello stesso, di sviluppo e alveolatura del prodotto finito.