

Pane di farina di farro monococco

Ingredienti

500 g di farina bianca di farro monococco

250 ml di acqua

150 g di pasta madre rinfrescata (oppure una bustina di lievito di birra)

due cucchiaini di sale

Sciogliete la pasta madre nell'acqua e aggiungete la farina, impastando con cura. Continuate a lavorare l'impasto finché non si sarà ottenuto un composto liscio e omogeneo. Fate lievitare in un ciotola coperta a temperatura ambiente per 5-6 ore, finché l'impasto non sarà almeno raddoppiato in volume. Rovesciatelo su una spianatoia infarinata e formate la pagnotta, che dovrà lievitare ancora per una-due ore. Infornate in forno già caldo a 250 °C per i primi 10 minuti, poi continuate la cottura per altri 30-40 minuti a 200°C.