

# PANE

x circa 1 kg

FARINA 0 g 300 (o integrale)

FARINA 00 g 300

acqua tiepida 380 ml.

lievito birra 5g (o 10 per fare pane  
sale 7g.

---

lasciate il lievito sciolto  
x 10-15 minuti nell'acqua  
fare una schiumetta.

Impastare come sempre  
lasciare a riposo x 4-5 ore  
riimpastare x 10 minuti  
e lasciare a f. alta 4 ore.  
fare fori i forni e

cuocere x 45 minuti @  
200°