



Treccia all'olio - [Visualizza sul sito](#)
di primula blu

pane - manitoba - farina 0 - semola rimacinata - farine miste

Ingredienti:

gr 200 farina 0

gr 200 farina manitoba

gr 100 semola rimacinata

gr 100 circa olio evo

un cucchino colmo di sale fino

acqua tiepida q.b. (circa 200 ml)

un cubetto lievito di birra

un cucchiaio semi di sesamo

un cucchiaio semi di finocchietto

Miscelare le tre farine con il sale, nell'impastatore mettere l'acqua tiepida il lievito e l'olio; versare la farina sopra i liquidi e azionare l'impastatore. Impastare a bassa velocità per 10 - 15 min. Quindi far riposare per circa un paio d'ore o fino al raddoppio, quindi riprendere l'impasto dividerlo in tre pezzi e stenderlo in strisce, due strisce inumidirle in superficie con l'acqua e rotolarle una nei semi di finocchio e una nei semi di sesamo, poi intrecciate tra di loro le strisce e rimettere a lievitare un'ora circa. Infornare a 200° per mezz'ora e poi a 180° per 10 min.

eCucinando.it