



Pane rustico - [Visualizza sul sito](#)  
di Sconosciuto

pane - farina rimacinato - farina 0

150g di lievito madre, 150g di farina rimacinata, 150g di farina 0, 100/120g di acqua,  
un cucchiaino di sale, 1/2 cucchiaino di zucchero

Sciogliere il lievito madre in un bicchiere circa di acqua tiepida, aggiungere lo zucchero.

Impastare con le due farine miscelate con il sale. Aggiungere acqua fino ad ottenere un impasto morbido ed elastico, ma non appiccicoso. Lasciare lievitare nel forno spento, ma con la lucina interna accesa fino al raddoppio del volume. (Io lo lascio tutta la notte). Riimpastarlo delicatamente e dargli la forma voluta, poi lasciarlo lievitare nuovamente dopo avere praticato dei tagli sulla superficie. Cuocere in forno per 15' a 200° e 15' a 180° (dipende dal forno. Il pane è cotto quando è leggero e picchiando il fondo da un rumore di vuoto... dica trentatre...)

