GASSENWIRT KARTOFFELBROT

Pane integrale naturale

Preparazione

1. Mescolare la farina di segale integrale a quella di tipo 0 e formare una fontana al centro.
2. Distribuire il sale sulla parte esterna.
3. Versare la pasta madre e i semi di anice e cumino nella fontana insieme all'acqua tiepida.
4. Impastare gli ingredienti per circa 10 minuti. Poi coprire l'impasto e lasciare lievitare in un ambiente tiepido per circa due ore, fino a che il volume non sarà raddoppiato.
5. Dividere l'impasto a metà e dalle due parti formare due o tre pagnotte.
6. Disporre le pagnotte su una leccarda infarinata, coprirle con un panno e lasciarle lievitare per altri 20 minuti.
7. Cuocere nel forno preriscaldato a 180 gradi non ventilato per circa 50 minuti (a seconda delle dimensioni) inumidendolo un po' con acqua.
8. Sfornare il pane e lasciarlo raffreddare su una griglia coperta da un panno.

SUGGERIMENTO DI PRESENTAZIONE
Il pane tiepido appena sfornato è ancora più delizioso se gustato con il burro fresco e cremoso dell'Alto Adige, magari con l'aggiunta di erba cipollina fresca.