



©fiordizucca

<http://fiordizucca.blogspot.com>

## Panini a lievitazione naturale

### Ingredienti

- **200gr di lievito madre rinfrescato la sera prima**
- **400gr di farina "0"**
- **200ml di acqua tiepida**
- **1 cucchiaino di sale**

Sciogliete la pasta madre con un po' di acqua tiepida. Aggiungete la farina e cominciate ad impastare continuando ad aggiungere tutta l'acqua necessaria. Alla fine aggiungete il sale ed impastate fino a quando non avrete ottenuto una palla liscia ed elastica. Mettetla in una scodella capiente, coprite con un panno pulito ed una copertina. Lasciate lievitare per 3 ore. Riprendete la pasta, lavoratela nuovamente e formate i panini. Metteteli su una teglia da forno, coprite con un panno pulito e mettete a lievitare in un luogo lontano dalle correnti per altre 2 ore. Riscaldete il forno a 200 C ed infornate per 20 minuti, poi riducete la temperatura a 180 C e cuocete per altri 10 minuti. Fate raffreddare coprendo i panini con un panno in modo che l'umidità resti all'interno del pane e fuori resti croccante.