

LINK: <http://blog.giallozafferano.it/dolceesalatodop/focaccia-integrale-ricetta-soffice/#>



Posted on 23 giugno 2014

Focaccia integrale, ricetta soffice

Share: [f Share](#) [f Like](#) 71 [t Tweet](#) 0 [g+1](#) 0 [Pin it](#)

Oggi ho voluto cambiare, quindi ho provato a realizzare una focaccia integrale grazie alla farina [PizzaGiovane Varvello](#) che è una miscela di farine [IntegralBianco](#), farina di lino e antichi cereali, il risultato giudicatelo voi da queste foto! Per me l'alveolatura è splendida!



LINK: <http://blog.giallozafferano.it/dolceesalatodop/focaccia-integrale-ricetta-soffice/#>

Ingredienti:

- 500 gr di farina PizzaGiovane Varvello
- 350-400 ml di acqua
- 4 cucchiaini di olio;
- 2 cucchiaini rasi di zucchero
- 5 gr di lievito di birra disidratato
- 1 cucchiaino colmo di sale;
- 6 cucchiaini di olio;
- sale
- rosmarino
- olive nere

Procedimento:

Sciogliere il lievito in 300 ml di acqua tiepida, tenere da parte i restanti 100 ml da usare in seguito solo se servono. Aggiungere olio e zucchero, mischiare con un cucchiaino di legno.

Aggiungere quindi la farina passando ad impastare a mano e poi il sale.

Lavorare l'impasto su una spianatoia per circa 5 minuti, fino ad ottenere un impasto morbido ed omogeneo.

Mettere a lievitare in una ciotola capente coperta da pellicola o canovaccio per circa 2 ore.

Trascorso il tempo indicato l'impasto sarà raddoppiato, ungere ora con tre cucchiaini di olio una teglia, ungersi anche le mani e stendere l'impasto della focaccia.

Farcire con olive e rosmarino secco tagliuzzato, versare altro olio sulla superficie e il sale a piacere. Lasciar lievitare in teglia per circa 1 ora.

Preriscaldare il forno a 180°.

Cuocere la focaccia per circa 30 minuti, una volta pronta mangiare calda o fredda, se si vuole accompagnata da salumi.

Questa focaccia integrale direi che è la focaccia più morbida che io abbia mai realizzato, sono davvero soddisfatta e per questo ringrazio davvero la miscela di farine PizzaGiovane!

PRESENTAZIONE

Neolaureata in matematica, appassionata di PRODOTTI NATURALI, BIOLOGICI, A CHILOMETRO ZERO E DOP che cerca di trasformare in lavoro questa sua passione. Felice perchè finalmente tante aziende stanno chiedendo di collaborare con me, e questo mi fa credere ancora di più che prima o poi il mio blog mi darà grandi soddisfazioni. Sono molto autocritica e mi aspetto sempre di più da me stessa, spero che il mio blog vi piaccia,

Trovaci su Facebook



Dolce e Salato DOP

[Mi piace](#)



Dolce e Salato DOP

12 ore fa

Perdonate l'assenza amici, ma nei giorni pari sarò impegnata con un corso di pasticceria che finalmente è iniziato ♥ Spero per voi sia stata una bella giornata come lo è stata per me!

👍 4 💬 5



Dolce e Salato DOP ha condiviso la foto di Libri: una passione.

ieri alle 1.22

Dolce e Salato DOP piace a 44.522 persone.



Plug-in sociale di Facebook

LINK: <http://blog.giallozafferano.it/dolceesalatodop/focaccia-integrale-ricetta-soffice/#>



Se ti piacciono le mie ricette seguimi su facebook, cliccando [Mi Piace qui](#)

A questa ricetta ha collaborato:

