

il pane alla zucca di Erminia

Scritto da Erminia

Mercoledì 08 Gennaio 2014 17:44 -

ho sperimentato, inventando, un pane alla zucca che è venuto una favola....

ingredienti:

300 g di lievito madre

250 g di acqua tiepida (meno di 300, perchè la zucca è già piuttosto morbida, ma all'occorrenza basta aggiungerne altra)

600 g di farina a tuo gradimento (meglio non tutta integrale)

2 belle fette di zucca cotta al forno (anche 3)

sale

2-3 cucchiaini di olio

1 cucchiaino di miele (a piacere, visto che c'è già la zucca molto dolce)

semi se volete (io ho fatto 4 pagnotte e in una ho messo le noci, in un'altra girasole, nella terza lino e una l'ho lasciata senza)

impastare a lungo, dividere in pagnotte, incidere, sistemare sulla carta forno su una teglia, mettere in forno spento coprendo con una coperta di pile (non adagiarla direttamente sul pane) e lasciar lievitare per tutta la notte (io faccio dalle 11 di sera fino le 7 del mattino circa) preriscaldare il forno a 200 per 10 minuti con dell'acqua sul fondo, inserire il pane per 20 minuti, togliere l'acqua, abbassare a 180 gradi e lasciare per altri 15-20 minuti (ricordatevi di togliere la coperta !!!)

se prevedo sia troppo lo congelo e al momento giusto lo sistemo sulla stufa per una mezz'oretta : leccatevi i baffi

puoi sostituire la zucca con delle castagne bollite (questo è un altro esperimento per consumare le castagne che avevo in freezer e il pane è risultato ottimo)

Erminia