



Corona di pane

Ingredienti

500 g di farina di semola o integrale
2 cucchiaini di sale
7 g di lievito in polvere
300 ml di acqua tiepida
2 cucchiari di miele
2+1 cucchiari di olio di girasole o d'oliva
50 g di semi di sesamo o cumino
20 g di semi di papavero

Un ottimo pane morbido e buonissimo anche dopo 2 giorni! Impasto utilizzabile anche per fare i mini panini da farcire alle feste dei bambini.

Nella ciotola dell'impastatrice (o in una normale, se lavorate a mano) versate l'acqua, l'olio, il lievito e il miele, fate andare un po' il gancio impastatore e versate la farina col sale. Impastate fino ad ottenere un impasto abbastanza appiccicoso. Se necessario aggiungete altra acqua tiepida. Impastare ancora per una decina di minuti fino ad ottenere una pasta bella morbida.

Con un cucchiario d'olio oliate bene una ciotola e versatevi dentro l'impasto.

Coprite e lasciate lievitare al calduccio per 1 ora e 1/2 fino al raddoppio della pasta.

Passato il tempo di lievitazione, capovolgete la pasta sulla spianatoia, dividetela in 8 parti da cui ricavare 8 palle (panini). Spennellateli con un po' d'acqua e passatene 7 nei semi di sesamo o cumino e 1 nei semi di papavero (io nel timore che si bruciassero e il pane acquistasse sapore cattivo, i semi li ho messi solo in superficie). Sistemare i panini in una teglia tonda oliata e fate lievitare ancora per 35-40 minuti.

Preriscaldare il forno a 220°. Infornate a 220° per 10 minuti, abbassate la temperatura a 200° e fate cuocere per altri 25 minuti. Togliere il pane dal forno e verificarne la cottura: se, battendo con le nocche sul fondo, il pane non suona a vuoto, infornare di nuovo, capovolto, per 4 minuti. Sforare e far raffreddare su una gratella.

Nota bene: l'ideale sarebbe utilizzare uno stampo apribile, ma io non l'avevo così ne ho usato uno classico.

Ricetta di **MARSERY**, ripresa dal vecchio ricettario.