



## Pane pugliese senza glutine

### Ingredienti

1 kg di farina (consigliate Nutrefree o mix B Schar)

666 ml di acqua

15 gr lievito

20 grammi di sale

Buono!!! Anche per questa ricetta ringrazio la mia amica Katy!

Fare sciogliere il lievito nell'acqua acqua (più di mezzo litro di acqua fredda). Quando é sciolto aggiungere la farina un po' alla volta col cucchiaino. Alla fine mettere il sale e continuare a impastare ancora un po'. Fare lievitare 3 ore in forno spento. Poi togliere dal forno, impastare velocemente di nuovo ma solo un paio di minuti, dare la forma, fare delle leggere incisioni e rimettere a lievitare per 1 ora.

Scaldare il forno e cuocere prima 10 minuti a 220°, poi 20 minuti a 210°.

Si consigliano le seguenti farine: Nutrefree o mix B Schar . La farina di riso va bene eventualmente solo per cospargere il pane perché troppo fine.