



Panini Integrali con Biga

Panini soffici soffici e buonissimi...provateli!

Ingredienti

- 100 di biga
- 1 kg di farina integrale
- 40 g di lievito di birra
- 500 ml di acqua tiepida
- 20 g di sale

Mettere la farina a fontana e incorporarvi il lievito sciolto in poca acqua tiepida. Iniziate a impastare con l'acqua, nella quale avrete in precedenza sciolto il sale.

Lavorare bene il composto e unite la biga continuando a lavorare fino ad ottenere un impasto liscio e compatto, far riposare coperto con un panno umido e con pellicola da cucina in un recipiente fino a raddoppio del volume.

Formare dei panini da 100 g l'uno circa, disporli in file e unitele tra loro stringendo bene fino a farle aderire, lasciar lievitare ancora 45/50 minuti circa.

Infornare a 200/210° per circa 40/45 minuti.



Fonte della ricetta: Il libro del pane di Anna Gennari