

PANI

Pretzel

Ingredienti

450 gr di farina 00
280 ml di acqua
1 bustina di lievito di birra secco
1 cucchiaino di zucchero
3 cucchiaini di sale fino
3 cucchiaini di bicarbonato
Sale grosso macinato

Svolgimento

Preparare un lievitino impastando in una ciotola 100 gr di farina, 100 ml di acqua, il lievito e lo zucchero. Coprire con la pellicola e lasciar lievitare per circa mezz'ora.

Impastare il lievitino con il resto della farina, l'acqua e il sale. Ottenuto un impasto liscio ed elastico lasciarlo lievitare per almeno 1 ora.

Sgonfiare l'impasto e dividerlo in 8 parti uguali, a seconda della dimensione desiderata per i pretzel.

Per la creazione del pretzel seguire le immagini:



1) formare un cordone di circa 50 cm.



2) prendere i 2 estremi e formare un occhiello come questo



Preriscaldare il forno a 220°. Intanto prendere una larga casseruola dove portare a ebollizione 4-5 litri d'acqua con il bicarbonato. Lasciandola sobbollire immergervi per 40-50 secondi i pretzel (non più di 2 alla volta). Scolarli con una paletta forata e poggiarli su un panno umido.

Disporli su una teglia foderata con carta forno, cospargerli di sale grosso leggermente macinato e infornare per 20-25 minuti.

[Commenti](#)