



MOTLLE DE FARINA DE ESPELTA AMB MEL

Data: 07/03/2018

Ingredients	Form. base	%farina	% total	Pes en g.	Pes en kg.
Farina espelta T-630	1000			2500	2,5
Mel				120	0,120
Sal				50	0,05
Llet vegetal/Avena				1000	1
Oli d'oliva				200	0,2
Llevat				70	0,07
M.M.				1200	1,2
PER LA MASSA MARE				1000	1
Farina espelta				600	0,6
Aigua				20	0,02
Sal				2	0,002
Llevat					

Pastem i deixem reposar en bloc fins que
dobli el seu volum a temperatura ambient
(60-90 minuts)

24h

Tallem i formem i dintre del motllo deixem
fermentar 60/90 minuts

Coem a 230 graus a 20-25 minuts, acabat
amb un tall per dalt i en forn de sola o
pedra.

