



La continua ricerca di Qualità, ci ha condotto, alla realizzazione della Nostra **Farina "2" W300** con la collaborazione di Maurizio Margiotta. Abbiamo Selezionato Grani Italiani e Grani di Qualità. La "2" W300 è una farina Naturale, senza nessun additivo, senza nessun miglioratore, non standardizzata e quindi leggermente diversa in ogni momento dell'anno, questa subisce una macinazione a tutto corpo che va a preservare la genuinità del grano conservandone le proprietà organolettiche. Abbiamo voluto lasciare nella nostra Farina il **Germe di Grano Nativo** che è il cuore del chicco del grano, la parte più nutriente. Il germe di grano è uno degli integratori alimentari naturali più completi. L'elevata presenza di vitamine lo rende uno dei più efficaci **antiossidanti naturali**, ci aiuta a rafforzare e proteggere l'integrità cardiovascolare e cellulare del nostro organismo.

## Conservazione

Si consiglia di conservare la farina in un ambiente fresco ed asciutto, ad una temperatura di 18° /20° C ed umidità massima del 60%, per garantire una perfetta resa in fase di utilizzo. L'errata conservazione può compromettere l'uso in fase di lavorazione.

## Consigli per l'utilizzo: (Ricetta per Pane)



1 kg di farina



Acqua 750 gr



Olio EVO 20 gr



Lievito FRESCO 8 gr



SALE 20 gr

## Procedimento

- Impastare 1 kg di farina e 600gr di acqua per 3-4 Minuti;
- Fare un riposo di 4 - 5 ore;
- Aggiungere il lievito ed acqua a filo;
- Aggiungere il sale ed il ultimo l'olio extra vergine di oliva Biologico GEMMA;
- Impastare per circa 15/20 minuti fino ad "incordare" l'impasto;
- Trasferire l'impasto sulla spianatoia ed eseguire le pieghe per 3 volte a distanza di 30 minuti;
- Trasferire l'impasto in un contenitore oliato ed attendere il raddoppio (3-4ore);
- Spolverare leggermente la spianatoia e procedere con lo staglio e successiva preforma;
- Dopo che i panetti hanno riposato per 30-40 minuti eseguire la formatura;
- Trasferire i panetti nei cestini di lievitazione e far lievitare in frigo per 15/16 ore a 6 gradi;
- Preriscaldare il forno a 250 gradi, eseguire il taglio sulla pagnotta ed infornare con vapore per 20 minuti;
- Proseguire per 20 minuti a 230 gradi senza vapore e 10 minuti a 200 gradi;

Tipo Analisi	Valore
Umidità	15,50%
Proteine	13%
Ceneri	Inferiore a 0,95%

## Caratteristiche chimico / fisiche

### Valori Nutrizionali per 100g di prodotto

Energia Kj	1410
Energia kcal	337
Grassi	2 g
Di cui acidi grassi saturi	0 g
Carboidrati	62 g
Di cui Zuccheri	1 g
Fibre	8,6 g
Proteine	13 g
Sale	0,002 g