

Bastoncini di pane alle olive nere e pomodori secchi

Senza glutine



Ingredienti

300 gr farina per pane senza glutine #

250 gr acqua (tiepida)

9 gr sale

10 gr olio extravergine d'oliva

10 gr lievito di birra fresco

olive nere (denocciolate)

pomodori secchi sott'olio

Procedimento

Sciogliete il lievito di birra fresco in un po' d'acqua tiepida. Poi versate la farina e la restante acqua e mescolate con il cucchiaino. Unite anche l'olio extravergine d'oliva e il sale, quindi impastate tutti gli ingredienti direttamente nella ciotola fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo. Coprite la ciotola con pellicola e lasciate lievitare l'impasto in un luogo tiepido per circa 2 ore, o comunque fino a quando risulterà ben lievitato. Una volta terminata la prima lievitazione, aggiungete all'impasto i pomodori secchi sminuzzati e le olive nere denocciolate. Impastate nuovamente il tutto, in modo da distribuire bene gli ingredienti all'interno dell'impasto. Trasferite l'impasto sulla spianatoia leggermente infarinata con farina di mais e riso senza glutine. Stendete delicatamente l'impasto con le mani fino a formare un rettangolo. Con un coltello o un tarocco dividetelo in tanti bastoncini della dimensione che preferite. Disponeteli man mano su una teglia rivestita con carta da forno. Coprite i bastoncini con pellicola e lasciateli riposare per circa 20 minuti. Questo breve riposo aiuterà l'impasto a rilassarsi prima della cottura. Prima di infornare, spruzzate la superficie dei bastoncini con un po' di olio extravergine d'oliva. Cuocete in forno preriscaldato a 220°C per circa 20 minuti, fino a quando saranno ben dorati e fragranti. Una volta pronti, sfornateli e lasciateli intiepidire leggermente prima di servirli.

Ricetta originale di Mary zero glutine