

Pane con farina di canapa

Titolo: Pane con farina di canapa

Tempo di preparazione: 3h30m con macchina del pane

Difficoltà: facile

Consigli: Macchina del pane Home Carrefour.

Ingredienti:

- Farina "0" di grano tenero
350g
- Farina di canapa
150g
- Acqua
300ml
- Lievito di birra fresco
8g
- Sale (erbe dei salassi)
1 cucchiaino
- Zucchero
1 pizzico
- Olio EVO
1 cucchiaino

Preparazione:

1 Mettere nel cestello gli ingredienti nel seguente ordine: acqua, sale, olio, zucchero, farina di grano, farina di canapa, lievito in modo che non sia a contatto con l'acqua.



2 Impostare il programma 13, home made o pane fatto in casa, che comprende lavorazione, lievitazione, cottura. Durata 3 ore più il tempo di raffreddamento.



3 Al termine otterremo un pane morbido, dal colore verde e dal sapore molto piacevole. Si adatta ad ogni pietanza ed è ottimo per fare la scarpetta. Un modo sano e naturale per sfruttare le proprietà benefiche della canapa sativa.

