



Focaccine di segale e noci con filetti di tonno

Tempo: 150 min Difficolta': 2 Prodotto: Filetti di Tonno Sott'Olio Extravergine

Ingredienti per quattro persone

Per l'impasto:

- 250 g di farina 0
- 250 g farina di segale
- 350 ml di acqua
- 10 g di zucchero
- 15 g di sale fino
- 15 g di olio extra vergine d'oliva
- 10 g di lievito di birra fresco
- 50 g di noci sgusciate e tritate

Per il topping:

- 1 confezione di Filetti di Tonno Rio Mare all'Olio Extravergine d'Oliva in vetro da 180 g
- 1 cipollotto fresco
- origano secco e fresco
- basilico fresco
- olio extra vergine d'oliva
- sale marino
- pepe nero

Procedimento

- Sciogliere il lievito in poca acqua tiepida. Su una spianatoia, formare una fontana con la farina e, al centro, versarvi il composto di acqua e lievito. Iniziare a mescolare con le dita, aggiungendo gradualmente il resto dell'acqua. Aggiungere l'olio, le noci, lo zucchero e il sale ed iniziare a impastare energicamente, per almeno 10 minuti.- L'impasto deve risultare elastico, liscio e morbido, ma non deve attaccarsi alle mani.- Far lievitare in una ciotola capiente, coperta da pellicola trasparente, fino al raddoppio, per almeno 3 ore a temperatura ambiente. Se l'ambiente e' troppo caldo, si puo' optare per una lievitazione in frigorifero (dalle 8 alle 12 ore). Rovesciare sulla spianatoia, dividerlo in tante palline e da queste, con le mani, modellare delle focaccine tonde. Poggiarle su una teglia unta e farle lievitare un'ora coperte da un panno.- Intanto preriscaldare il forno a 220 gradi e preparare il condimento. Affettare finemente il cipollotto e condirlo con olio, sale, pepe e origano. Spargerlo sulla superficie delle focaccine, condire con un giro d'olio e qualche granello di sale grosso e infornare. Saranno pronte dopo circa 15 minuti, quando avranno il bordo dorato e croccante. Sfnare e spargere sulla superficie delle focacce i filetti di tonno sfoliati Mise



Le Ricette di Rio Mare PER TUTTE LE OCCASIONI

Il consiglio dello Chef

Quando si impastano le focaccine, fare attenzione alla quantità di acqua utilizzata. Le dosi consigliate sono indicative, la reale quantità dipende dalle farine usate. Per questo è bene regolarsi sentendo la consistenza dell'impasto, che deve rimanere sempre morbido, anche se non appiccicoso.