



## **LO PAN NER NELLA CUCINA CONTEMPORANEA**

### **RICETTA QUARTA CLASSIFICATA**

*Frustingo marchigiano*

**di Donatella Bartolomei – Fabriano (ANCONA)**

**LINK AL BLOG** <http://ingredienteperduto.blogspot.it/>

**LINK ALLA RICETTA:** <http://ingredienteperduto.blogspot.it/2017/09/frustingo-e-lo-pan-ner-per-un.html>

**DOSI PER 2 DOLCI DEL PESO DI 500 GR CIRCA**

**TEMPI DI PREPARAZIONE**

15 minuti+riposo 12 ore+ cottura 40 minuti

**INGREDIENTI**

- ✓ 200 g di fichi secchi
- ✓ 100 g di uvetta
- ✓ 40 g di noci sgusciate più alcune noci per decorare la superficie
- ✓ 40 g di mandorle pelate più alcune mandorle per decorare la superficie
- ✓ 250 g di pane raffermo in questo caso lo pan ner
- ✓ 50 g di canditi (cedro e ciliegie) più alcuni canditi per la superficie
- ✓ 15 g di cacao amaro
- ✓ 5 g di caffè liofilizzato
- ✓ 20 ml di caffè espresso
- ✓ 40 g zucchero semolato
- ✓ 30 g di farina integrale

- ✓ 100 ml di mistrà ( liquore all'anice)
- ✓ 100 ml di sapa o vino cotto
- ✓ 40 ml di olio extra vergine di oliva
- ✓ cannella un pizzico
- ✓ sale un pizzico

## **PROCEDIMENTO**

Far rinvenire l'uvetta nella sapa.

Tagliare a cubetti il pane e i fichi, tritare grossolanamente mandorle e noci.

In una ciotola raccogliere gli ingredienti sopra citati ed aggiungere i canditi, cacao, il caffè liofilizzato e quello espresso, la farina, zucchero, il mistrà e l'olio; mescolare bene e infine aggiungere un pizzico di sale e cannella a piacere.

Lasciate riposare l'impasto per una notte.

Preriscaldare il forno a 180°.

In una tortiera del diametro di 18 cm, unta di olio mettere 500 g di impasto, decorare con i canditi, le noci, le mandorle e infornare per 40 minuti.

Il dolce deve avere una superficie croccante e l'interno leggermente umido, vale la prova stecchino.

## **TEMPI DI PREPARAZIONE DEL PANE**

1 minuto per l'impasto, più la maturazione 16 ore, più la lievitazione 2 ore, cottura 45 minuti.

**DOSI** - per una pentola del diametro di 26-28 cm

- ✓ 275 g di farina di segale integrale
- ✓ 125 g di farina di frumento 0
- ✓ 100 g di farina di frumento tenero integrale
- ✓ 310-325 ml di acqua
- ✓ 5 g di lievito birra fresco
- ✓ 10 g di sale

## **PROCEDIMENTO**

Mescolare le farine e il sale in una ciotola , sciogliere il lievito nell'acqua ed aggiungere alle farine, mescolare con un cucchiaino di legno il tempo necessario per ottenere un impasto umido e appiccicoso.

Coprire la ciotola con la pellicola e lasciare a temperatura ambiente per almeno 16 ore sino ad un massimo di 24 ore.

Trascorso il tempo necessario al termine del quale l'impasto presenterà la superficie piena di

bollicine e il suo volume raddoppiato, rovesciare l'impasto su una tavola infarinata e effettuate le pieghe

Posizionare l'impasto in una ciotola rivestita con un canovaccio infarinato, facendo in modo che la parte ripiegata vada sotto, mettere un po' di farina sulla superficie dell'impasto e coprire con il canovaccio; lasciar lievitare per circa 2 ore, deve raddoppiare il suo volume, molto dipenderà dalla temperatura ambiente.

Circa 30 minuti prima del termine della seconda lievitazione, riscaldare il forno a 250° con la pentola e il suo coperchio all'interno.

Tirare fuori dal forno la pentola e rovesciare l'impasto al suo interno, coprire con il coperchio e infornare per 30 minuti.

Togliere il coperchio e continuare la cottura per altri 15-20 minuti. Tirare fuori il pane dalla pentola e lasciar raffreddare su una griglia.

