



Dalla terra alla tavola

Ilaria Cappellacci – socio AIFB

CARASSAI (AP)

Social:

<https://blog.giallozafferano.it/lericettesvelate/>
<https://www.facebook.com/ilaria.cappellacci>
<https://www.instagram.com/lericettesvelate>

Link ricetta:

<https://blog.giallozafferano.it/lericettesvelate/toast-di-segale-e-semi-con-crema-di-noci-fontina-e-mele/>

TOAST DI SEGALE E SEMI CON CREMA DI NOCI, FONTINA E MELE

INGREDIENTI (CIRCA 10 TOAST)

Per il pan bauletto di segale

- 200 g di farina di segale
- 200 g di farina Tipo 1
- 200 g di farina Tipo 0
- 340 g di latte
- 80 g d'olio di semi di girasole
- 2 tuorli
- 2 cucchiaini di zucchero
- 1 cucchiaino di sale
- 30 g di semi misti (girasole, sesamo, lino, papavero)
- 1 bustina di lievito di birra secco

Per la superficie del pan bauletto

- 2 cucchiaini di latte
- 15 g di semi misti

Per i toast

- 10 fette di pan bauletto ai semi
- 200 g di fontina valdostana
- 2 mele renette
- crema di noci

Per la crema di noci

- 100 g di gherigli di noci
- 30 g di parmigiano reggiano
- 3 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- 50 g di latte
- 1 pizzico di sale



PREPARAZIONE

Per il pan bauletto

- In una ciotola capiente miscela le farine con il lievito di birra secco e lo zucchero e unisci i semi misti.
- Al centro aggiungi i tuorli, versa l'olio di semi di girasole e sbatti i tuorli con una forchetta e poi man mano inizia ad aggiungere il latte e inizia ad impastare con le mani. Aggiungi il sale e continua ad impastare per 10 minuti finché l'impasto non è ben sodo e non si attacca alle mani.
- Metti a lievitare in un luogo tiepido coperto con un canovaccio umido fino al raddoppio del volume.
- Riprendi l'impasto e con il matterello stendi un rettangolo che poi avvolgi come a formare un rotolo e delicatamente adagialo nello stampo del plumcake e copri di nuovo. Lascia lievitare fino a che l'impasto non raggiunge il bordo dello stampo, circa 30 minuti.
- Spennella il pan bauletto di segale con due cucchiaini di latte e cospargi con una manciata di semi misti (circa 30 g).
- Inforna il pan bauletto di segale e semi nel forno statico a 180° per 40 minuti.
- Sforna e lascialo raffreddare.

Per il toast

- Frulla le noci con il latte, il parmigiano reggiano grattugiato, l'olio extravergine di oliva e il sale.
- Taglia il pan bauletto a fette spesse circa 1 cm.
- Su ogni fetta metti la fontina valdostana, la crema di noci e le fettine di mela renetta con la buccia.
- Ricopri con la fetta di pan bauletto di segale.
- Metti il toast nel forno funzione grill per qualche minuto, il tempo che la fontina si fonde e servi subito in tavola!



ASSOCIAZIONE
ITALIANA
FOOD BLOGGER

