



# Sale, imprasti e fantasia



# Sale, impasti e fantasia

## Indice



1

Bagels  
ai semi misti



2

Chioccioline bicolore alle  
mandorle e formaggio



3

Focaccia  
arrotolata farcita



4

Focaccia  
Pugliese



5

Parigina



6

Focaccine soffici  
alla Norma



7

Muffin mais  
e pecorino



8

Pane  
al muesli



9

Panini  
ai cereali



10

Pizza estiva  
con verdure

# Bagels ai semi misti

di Lina d'Ambrosio - [spadellatissima.com](http://spadellatissima.com)



# Bagels ai semi misti

*“I bagels sono una ricetta americana, ma hanno origine nella tradizione della cucina ebraica: sostanziosi e sfiziosi allo stesso tempo, sono molto versatili e si possono farcire con quello che più vi piace, dal dolce al salato. Vi suggerisco di provare questa versione ai semi con salmone affumicato, caprino, limone e rucola.”*



**PREPARAZIONE: 30 min**

**LIEVITAZIONE: 1 h + 30 min**

**COTTURA: 20/25 min**

**PORZIONI: 6 persone**

**DIFFICOLTÀ: media**

## Ingredienti

### PER L'IMPASTO

- 300 g farina 00
- 200 g farina manitoba
- 150 ml latte tiepido
- 100 ml acqua tiepida
- 30 g burro morbido
- 1 uovo
- 1 bustina **Lievito di birra Mastro Fornaio PANEANGELI**
- 80 g **Mix di Semi e Cereali PANEANGELI** (sesamo, papavero, orzo e avena)
- 1/2 cucchiaino bicarbonato
- 1/2 cucchiaino zucchero
- 1 cucchiaino sale

### PER LA DECORAZIONE

- 1 uovo
- 30/40 g circa **Mix di Semi e Cereali PANEANGELI** (girasole, zucca, lino, orzo e segale)



# Bagels ai semi misti



## PROCEDIMENTO:

- Setaccia le farine nella ciotola della planetaria, unisci il **Lievito di birra Mastro Fornaio PANEANGELI**, il bicarbonato, lo zucchero e mescola per miscelare bene le polveri.
- Unisci in un pentolino l'acqua e il latte e scaldali leggermente fino a intiepidirli.
- Aziona la planetaria a bassa velocità con il gancio a foglia e versa a filo la miscela tiepida di latte e acqua.
- Appena il liquido si sarà assorbito, aggiungi l'uovo e il sale e lascia che l'impastatrice giri fino a ottenimento di un composto ben amalgamato. Smonta la foglia e monta il gancio per pane e pizza, aggiungi il **Mix di Semi e Cereali PANEANGELI** (sesamo, papavero, orzo e avena) e impasta sempre a velocità bassa.
- A questo punto incorpora il burro morbido a pezzetti, aspettando sempre che venga assorbito prima di procedere con il pezzetto successivo.
- Continua a impastare per 10 minuti per far incordare bene l'impasto.

# Bagels ai semi misti

- Spegni l'impastatrice; trasferisci l'impasto in una ciotola di vetro che avrai unto leggermente con un po' d'olio, copriilo con pellicola trasparente e lascia lievitare per circa 1 ora (oppure fino a quando l'impasto avrà raddoppiato il suo volume) in un luogo asciutto, al riparo da correnti d'aria.
- Trascorso questo tempo prendi l'impasto e, maneggiandolo delicatamente, taglialo in 6 parti uguali. Puoi aiutarti con una bilancia per pesare le porzioni e far sì che i bagels abbiano tutti lo stesso peso.
- Forma delle palline, fai un buco al centro e allargalo delicatamente con le dita fino a portarlo ad un diametro di circa 4 cm. Dovrai ottenere delle ciambelle.
- Riponi le 6 ciambelle su un vassoio rivestito di carta da forno e lasciale lievitare ancora per 30 minuti coprendole con un canovaccio pulito.
- Nel frattempo porta a bollire una pentola d'acqua leggermente salata. Immergi ogni ciambella in acqua bollente e cuoci 1 minuto per lato. Con una schiumarola elimina l'acqua in eccesso e disponi le ciambelle ben distanziate su una placca rivestita con la carta forno.
- Sbatti l'uovo in una ciotolina e spennellalo sulla superficie dei bagels aiutandoti con un pennello da cucina. Cospargi ogni bagel con il **Mix di Semi e Cereali PANEANGELI** (girasole, zucca, lino, orzo e segale) e mettili in forno già caldo a 220°C per 20/25 minuti, o fino a che saranno ben dorati.
- Sforna i bagels, lasciali intiepidire leggermente, tagliali a metà e farciscili a piacere.

Blog



SPADELLATISSIMA  
MORE THAN FOOD

Lina

[spadellatissima.com](http://spadellatissima.com)

.....

*“Nella vita di tutti i giorni sono una designer, per passione sono una food blogger con un amore sfrenato per il cibo, i viaggi e tutto ciò che mi permette di condividere momenti speciali con le persone che amo.”*

# Chioccioline bicolore alle mandorle e formaggio

di Nicol Pini - [colcavolo.it](http://colcavolo.it)



# Chioccioline bicolore alle mandorle e formaggio

*“Le chioccioline senza glutine sono perfette per un aperitivo in compagnia oppure una gita fuori porta. Morbide e col sapore di pizza conquisteranno grandi e piccini.”*

**PREPARAZIONE: 1h + 30min**

**COTTURA: 20 min**

**PORZIONI: 6 chioccioline**

**DIFFICOLTÀ: media**

## Ingredienti

- 400 g **Base per Pane, Pizza e Focaccia senza glutine PANEANGELI**
- 7 g **Lievito di birra PANEANGELI**
- 375 ml acqua a temperatura ambiente
- 10 ml olio extra vergine di oliva
- 2 cucchiaini concentrato di pomodoro
- 20 mandorle
- 200 g formaggio tipo fontina
- origano (opzionale)



# Chioccioline bicolore alle mandorle e formaggio



## PROCEDIMENTO:

- Metti nell'impastatrice la **Base per Pane, Pizza e Focaccia senza glutine PANEANGELI** e il **Lievito di birra PANEANGELI**, quindi inizia a impastare e aggiungi gradualmente l'acqua. Successivamente aggiungi l'olio e impasta ancora per qualche minuto.
- Quando il composto sarà compatto ed omogeneo sistemalo sul piano da lavoro e dividilo in due parti uguali. Trasferisci una parte del composto all'interno di una ciotola di vetro, copri con la pellicola trasparente e lascia riposare.
- Rimetti la seconda parte dell'impasto nell'impastatrice, aggiungi il concentrato di pomodoro e impasta ancora per un paio di minuti. A questo punto trasferisci il composto ben amalgamato in una ciotola di vetro, copri con la pellicola trasparente e fallo lievitare per circa un'ora fino al raddoppio dell'impasto.
- Nel frattempo grattugia il formaggio utilizzando i buchi larghi della grattugia e frulla le mandorle.

# Chioccioline bicolore alle mandorle e formaggio

- Trascorso questo tempo, prendi il composto bianco e dividilo in 3 parti uguali. Stendi il composto come a formare un cordoncino, cospargi di formaggio, mandorle e arrotalo su se stesso.
- Procedi nello stesso modo anche per l'altra parte dell' impasto, aggiungendo un po' di origano insieme al formaggio.
- Adagia le chioccioline ottenute su una placca ricoperta di carta da forno. Coprile con un canovaccio e accendi il forno a 200°C.
- Quando il forno avrà raggiunto la temperatura, spennella le chioccioline con poco olio e inforna.
- Lascia cuocere per circa 20 minuti. Sforna e fai raffreddare prima di servire le chioccioline.

Blog



Nicol  
[colcavolo.it](http://colcavolo.it)

.....

*“Le chioccioline senza glutine sono perfette per un aperitivo in compagnia oppure una gita fuori porta. Morbide e col sapore di pizza conquisteranno grandi e piccini.”*

# Focaccia arrotolata farcita

di Germana Ferrante - [mindcucinaegusto.com](http://mindcucinaegusto.com)



# Focaccia arrotolata farcita

“La focaccia arrotolata farcita, alta e gustosa, è di facile preparazione. Presentata nella sua spettacolare forma a spirale è realizzata con un impasto morbido, leggero e soffice. Arricchita e imbottita con prosciutto cotto, zucchine e scamorza, viene arrotolata su se stessa e decorata con pomodorini e foglioline di menta.”

**PREPARAZIONE: 40 min**

**COTTURA: 35 min**

**PORZIONI: 8 persone**

**DIFFICOLTÀ: facile**

## Ingredienti

### PER L'IMPASTO

- 200 g farina tipo 2
- 100 g farina di grano duro rimacinata
- 100 g farina manitoba
- 1 bustina **Lievito Pizza Bella Alta PANEANGELI**
- 2 cucchiaini zucchero
- 50 ml olio extravergine di oliva
- 180 ml acqua tiepida
- 5 g sale

### PER LA FARCITURA

- 150 g prosciutto cotto
- 200 g scamorza
- 300 g zucchine

### PER L'EMULSIONE

- 3 cucchiai acqua + 3 cucchiai olio extravergine di oliva

### PER DECORARE

- 5 pomodorini ciliegino a fette
- zucchine q.b.
- foglioline di menta



# Focaccia arrotolata farcita



## PROCEDIMENTO:

- In una ciotola capiente mescola le farine setacciate con il **Lievito Pizza Bella Alta PANEANGELI**. Forma un buco al centro, versa due cucchiaini di zucchero e l'acqua poco per volta cominciando a impastare.
- Aggiungi l'olio e per ultimo il sale. Continua a impastare sul piano di lavoro fino a ottenere un composto liscio e omogeneo.
- Forma un panetto e posizionalo nella ciotola coperta con la pellicola trasparente, lasciandolo lievitare per circa 40 minuti. Dovrà raddoppiare di volume.
- Passa alla preparazione della farcitura: lava le zucchine, toglie le estremità, ricava delle fettine sottili e riduci ogni fettina in filetti julienne.
- In una padella versa 2 cucchiai di olio extra vergine di oliva e salta le zucchine velocemente, facendole dorare leggermente e aggiungi il sale. Tienile da parte per la farcitura.
- Prepara l'emulsione unendo 3 cucchiai di olio e acqua in una ciotolina e mescola bene.
- Prendi l'impasto, lavoralo di nuovo brevemente e poi stendilo con il mattarello fino a ottenere un rettangolo abbastanza lungo circa 55 cm e largo circa 20 cm.
- Stendi sull'impasto le fette di prosciutto cotto, la scamorza grattugiata e le

# Focaccia arrotolata farcita

zucchine ripassate in padella, lasciandone da parte un piccolo quantitativo per la decorazione.

- Arrotola la sfoglia dal lato lungo e, una volta ottenuto un rotolo, torcilo leggermente posizionandolo a spirale in una teglia ricoperta da carta da forno (lascia un po' di spazio quando arrotoli la spirale per farla lievitare meglio).
- Spennella la superficie con l'emulsione e lascia riposare per altri 40 minuti.
- Metti a cuocere in forno statico preriscaldato a 190° per 35 minuti.
- Sforna, lascia leggermente raffreddare la focaccia e completa decorando la superficie con le fettine di pomodorini, le zucchine tenute da parte e foglioline di menta.

Blog



CUCINA & GUSTO  
MANGIARE, IL PINCERE DELLA MENTE

Germana

[mindcucinaegusto.com](http://mindcucinaegusto.com)

.....  
“Mind Cucina e Gusto è un blog che interpreta la cucina come parte integrante di un senso estetico e di benessere che coincide con il gusto sano della bellezza nel mondo.”

# Focaccia Pugliese

con pomodorini, alici e olive nere

di Rosalia Imperato - [caramelalafleurdesel.com](http://caramelalafleurdesel.com)



# Focaccia Pugliese

## con pomodorini, alici e olive nere

*“La focaccia, impasto di farina, acqua, lievito e sale, cotta alla brace o al forno è sempre una prelibatezza. La focaccia Pugliese è all’apparenza di facile realizzazione, ma la vera difficoltà è riprodurre la giusta consistenza, l’esatto punto di lievitazione e la corretta regolazione del forno. Un mix di elementi capaci di creare da semplice acqua e farina un piatto unico nel suo genere.”*

**PREPARAZIONE: 3h + 30 min**

**COTTURA: 30 min**

**PORZIONI: 10/12**

**DIFFICOLTÀ: media**

### Ingredienti

#### PER L'IMPASTO

- 200 g farina 0
- 200 g semola rimacinata di grano duro
- 100 g farina manitoba
- 300 ml acqua
- 150 g patate
- 15 g sale
- 3 cucchiaini olio extravergine di oliva
- 1 bustina **Lievito di birra Mastro Fornaio PANEANGELI**

#### PER IL CONDIMENTO

- 200 g pomodorini ciliegino
- 15/20 olive nere
- 15/20 alici sotto sale
- olio extravergine di oliva
- sale



# Focaccia Pugliese

## con pomodorini, alici e olive nere



### PROCEDIMENTO:

- Lessa le patate, schiacciale fino a ottenere una purea e lasciale raffreddare. Setaccia le farine in una ciotola capiente. Lavora 100 g delle farine con il **Lievito di birra Mastro Fornaio PANEANGELI**, 100 ml di acqua a temperatura ambiente fino a formare un composto omogeneo. Aggiungi quindi anche la purea di patate e l'acqua rimanente e lavora il tutto fino a ottenere un composto omogeneo.
- Successivamente unisci al composto le farine rimanenti e incorpora poco alla volta l'acqua restante, l'olio extra vergine di oliva e infine il sale. Impasta ancora una volta fino ad amalgamare tutti gli ingredienti.
- Copri e lascia lievitare l'impasto fino a quando raddoppia di volume.
- Disponi l'impasto su un piano di lavoro infarinato, ripiega verso il centro il bordo superiore e inferiore, fai lo stesso con i bordi laterali, quindi giralo e rendilo liscio in superficie. Forma una palla, mettila in una ciotola, copri e lascia lievitare per circa 1 ora e mezza o fino a quando triplica di volume.

# Focaccia Pugliese

## con pomodorini, alici e olive nere

- Stendi l'impasto con le mani unte in teglie precedentemente oleate picchiando con i polpastrelli e allargando bene l'impasto. Lascia lievitare per circa 30 minuti. Nel frattempo taglia a metà i pomodorini, condiscili con un filo di olio extravergine di oliva e un pizzico di sale e sistemali con un po' di pressione nell'impasto. Disponi anche le olive e le alici precedentemente private del sale. Completa con un ulteriore filo di olio e il sale. Fai lievitare ancora per circa 1 ora o fino a quando raddoppia di volume. Cuoci la focaccia in forno a 220 °C per circa 30 minuti.

### Blog

*Caramel à la fleur de sel* 

Rosalia

[caramelalafleurdesel.com](http://caramelalafleurdesel.com)

.....

*“Un blog con ricette della mia infanzia rivedute e corrette con pochi tocchi di creatività, ma anche spunti di cucina attinti da viaggi, libri, incontri...”*

# Parigina

di Cinzia Carcia - [ilfornoincantato.it](http://ilfornoincantato.it)



# Parigina

*Pomodoro mozzarella e prosciutto base pizza e sopra pasta sfoglia, sono gli ingredienti della parigina la pizza rustica napoletana che di francese, diciamo ha ben poco. Pare che ad inventarla siano stati dei cuochi francesi che prestavano servizio alla corte dei Borboni; secondo la leggenda sembra che questa pizza sia stata preparata a Napoli per omaggiare una Regina delle due sicilie, e da qui il termine “pà regin” per la regina in dialetto napoletano.*

**PREPARAZIONE: 2 h**  
**COTTURA: 20 min**  
**PORZIONI: 8 persone**  
**DIFFICOLTÀ: media**

## Ingredienti

### PER L'IMPASTO

- 300 g farina 0
- 200 g semola rimacinata
- 300 ml acqua
- 3 g **Lievito di birra Mastro Fornaio PANEANGELI**

- 2 cucchiaini olio extravergine di oliva
- 1 cucchiaio zucchero
- 1 cucchiaino sale

### PER IL RIPIENO

- 400 g polpa di pomodoro
- 150 g prosciutto cotto a fette
- 300 g provola o mozzarella ben asciutta
- origano q.b.
- 1 rotolo pasta sfoglia rettangolare
- sale pepe e olio q.b.



# Parigina



## PROCEDIMENTO:

- Prepara l'impasto della pizza, versando nell'impastatrice le farine, il **Lievito di birra Mastro Fornaio PANEANGELI**, lo zucchero e metà dell'acqua. Inizia a impastare e, quando il composto avrà assorbito l'acqua ma sarà ancora grumoso, aggiungi la rimanente acqua poco alla volta.
- Dopo qualche minuto aggiungi il sale, l'olio e lascia impastare per almeno 15 minuti. Dovrai ottenere un panetto morbido ma che non si attacca alle pareti della ciotola. Ungi con pochissimo olio una ciotola, versa l'impasto, copri con pellicola alimentare e lascia lievitare nel forno spento fino al raddoppio.

# Parigina

- Nel frattempo condisci la polpa di pomodoro con olio, sale, pepe e origano. Prendi l'impasto ben lievitato e stendilo con cura su una teglia, distribuisce la polpa di pomodoro tenendone un poco da parte, fai uno strato di prosciutto e uno di formaggio. Distribuisce il resto dei pomodori e poi copri con la pasta sfoglia che avrai precedentemente bucherellato. Spennella con un uovo sbattuto e metti in forno a cucinare a 180/200 °C per circa 20 minuti. Se dovesse colorarsi troppo, coprire con un foglio di alluminio.

## Blog

*Il forno incantato*  
di Cinzia

Cinzia

*ilfornoincantato.it*

.....  
"Appunti sparsi di dolci e non solo.

Tante ricette per ogni occasione tutte cucinate  
con passione."

# Focaccine soffici alla Norma

di Elisa Ceccuzzi - [kittyskitchen.it](http://kittyskitchen.it)



# Focaccine soffici alla Norma

*“Sono morbide, veloci da fare e per la farcitura basta solo scatenare la fantasia, per le focaccine di cui vi parlo, noi abbiamo scelto di rievocare il gusto della famosa pasta alla Norma: ricotta salata, melanzane, pomodori ben maturi e il basilico, per portare a tavola tutti i profumi dell’estate.”*



**PREPARAZIONE: 2 h**  
**COTTURA: 25 min**  
**PORZIONI: 6 persone**  
**DIFFICOLTÀ: media**

## Ingredienti

### PER L'IMPASTO

- 400 g farina manitoba
- 125 ml acqua
- 80 g ricotta salata
- 1 cucchiaino zucchero
- 1 bustina **Lievito Pizza Bella Alta PANEANGELI**
- 40 ml olio extravergine d'oliva
- Sale grosso per la superficie

### PER IL RIPIENO

- 1 melanzana
- pomodorini pachino
- olio extravergine
- sale
- basilico



# Focaccine soffici alla Norma



## PROCEDIMENTO:

- Unisci in una ciotola il latte e l'acqua, scaldali leggermente, aggiungi il **Lievito Pizza Bella Alta PANEANGELI**.  
In un'altra ciotola metti la farina e inizia a impastare aggiungendo il liquido. A seguire, unisci all'impasto l'olio, lo zucchero e la ricotta salata grattugiata. Continua a impastare fino a che non ottieni un composto liscio, omogeneo e abbastanza morbido.
- Copri con un canovaccio pulito e lascia lievitare fino al raddoppio (60 minuti circa).
- Trascorso il tempo del riposo, trasferisci il composto su un piano infarinato e, utilizzando un matterello, stendilo dello spessore di 1/ 1,5 cm. Con un bicchiere o un coppa pasta, forma delle piccole focacce e trasferiscile successivamente su una placca rivestita con la carta forno.
- Lascia riposare ancora le focaccine per 1 ora. Quando saranno belle gonfie, effettua delle pressioni con le dita per formare delle piccole fossette.

# Focaccine soffici alla Norma

- Cospargi la superficie con poco sale grosso e inforna a 180 °C (forno preriscaldato) per 20-25 minuti.
- Nel frattempo griglia la melanzana e taglia i pomodori pachino.
- Quando le focaccine saranno pronte, tagliale a metà, aggiungi le melanzane grigliate e il pomodoro, condisci tutto con olio e sale.
- Termina con una foglia di basilico e ancora un po' di ricotta salata per decorare.

Blog

KITTY'S  
KITCHEN



Elisa

[kittyskitchen.it](http://kittyskitchen.it)

.....

*“Nata nell’81’ nella città eterna, curo il blog Kitty’s Kitchen, dal 2008. Sono sommelier Ais del vino e dell’olio extravergine, maestro assaggiatore di formaggi e salumi, foodie e macchina fotografica dipendente.*”

# Muffin mais e pecorino con salsa ai peperoni grigliati e basilico

di Margherita Daverio - [cannellaeconfetti.it](http://cannellaeconfetti.it)



# Muffin mais e pecorino con salsa ai peperoni grigliati e basilico

*“Chi ha detto che muffin fa rima per forza con dessert?”*

*Io amo la versione salata, soffici monoporzioni perfette per la merenda o l'aperitivo.  
Da intingere nella loro salsa per aggiungere alla dolcezza del mais il carattere  
del peperone arrosto. E quel tocco di basilico, che profuma tanto di estate.”*

**PREPARAZIONE: 15 min**

**COTTURA: 20 min**

**PORZIONI: 6/8 muffin**

**DIFFICOLTÀ: facile**

## Ingredienti

### PER I MUFFIN

- 100 g farina di mais
- 100 g farina di grano tenero
- 40 g pecorino romano grattugiato
- 70 ml latte intero
- 80 ml olio di semi di mais
- mezza bustina **Lievito Pizzaiolo**  
**PANEANGELI**

- 1 cucchiaino zucchero
- 1 uovo
- sale q.b.

### PER LA SALSA

- 2 peperoni grandi
- 10 foglie basilico
- 3 cucchiai olio extravergine di oliva
- sale q.b.



# Muffin mais e pecorino con salsa ai peperoni grigliati e basilico



## PROCEDIMENTO:

- Inizia preparando la salsa: lava i peperoni, elimina i semi e i filamenti bianchi interni e tagliali a strisce. Disponili su una griglia antiaderente ben calda e lasciali cuocere finchè non saranno teneri.
- Una volta freddi, tagliali a pezzetti e mettili nel mixer insieme al basilico, l'olio e un pizzico di sale. Frulla tutto fino a ottenere una salsa liscia.  
In una ciotola ampia, setaccia le farine insieme al **Lievito Pizzaiolo PANEANGELI** e aggiungi il sale, lo zucchero e il pecorino grattugiato.
- In una seconda ciotola unisci tutti gli ingredienti liquidi: l'uovo (prima sbattilo leggermente), l'olio e il latte.
- Versa il composto liquido nella ciotola di quello secco, mescolando perché tutto si amalgami (non mescolare troppo a lungo, renderebbe l'impasto meno soffice).
- Ungi i pirottini per muffin con **Ungiteglia PANEANGELI**.

# Muffin mais e pecorino con salsa ai peperoni grigliati e basilico

- Riempi i pirottini di impasto per circa due terzi della loro capienza.  
Cuoci in forno statico a 200 °C per 20 minuti.
- Sforna, lascia intiepidire e servi insieme alla salsa di peperoni e basilico.

## Blog



Margherita  
[cannellaconfetti.it](http://cannellaconfetti.it)

.....

*“Margherita Daverio, alias Cannella e Confetti.  
Food&lifestyle blogger, scrivo di ricette, locali, Milano,  
viaggi e piccole bellezze. E mangio, con gusto.”*

# Pane al muesli

di Claudia Tiberti - [verdecardamomo.it](http://verdecardamomo.it)



# Pane al muesli

*“Questo pane ha origini austriache e contiene il muesli ovvero una miscela a base di fiocchi di cereali, frutta essiccata, semi e miele. Spalmato con un po’ di burro e marmellata diventa il pane perfetto per una colazione sana e nutriente.”*



**PREPARAZIONE: 15 min + lievitazione**

**COTTURA: 30 min**

**PORZIONI: 6 persone**

**DIFFICOLTÀ: media**

## Ingredienti

- 1 confezione **Base per Pane e Focaccia Integrali PANEANGELI**
- 100 ml acqua tiepida
- 200 ml latte tiepido
- 70 g uvetta di Corinto
- 50 g fiocchi di farro integrali
- 40 g semi di girasole
- 50 g miele millefiori fluido
- 1 cucchiaio olio extravergine di oliva



# Pane al muesli



## PROCEDIMENTO:

- In una terrina abbastanza grande versa la **Base per Pane e Focaccia Integrali PANEANGELI**.
- Aggiungi i fiocchi di farro integrali (tenendone da parte un po' per la decorazione), l'uvetta i semi di girasole e il miele. Aggiungi gradualmente l'acqua e il latte e amalgama con un cucchiaino.
- Infine unisci l'olio versandolo a filo e lavora velocemente l'impasto con le mani fino a ottenere una consistenza omogenea.
- Lascia lievitare l'impasto coperto con pellicola trasparente in un luogo tiepido fino al raddoppio, ci vorranno circa 40 minuti.

# Pane al muesli

- Dà all'impasto una forma allungata tirando le estremità con le mani. Poni l'impasto su una teglia da forno ricoperta con carta forno e cospargi i fiocchi di farro integrali tenuti da parte sulla superficie.
- Cuoci in forno preriscaldato ventilato a 200 °C per circa 30 minuti.

## Blog



Claudia

[verdecardamomo.it](http://verdecardamomo.it)

.....

*“Le spezie sono l’anima della mia cucina, amiche inseparabili nel mio viaggio nel mondo del cibo, mi fanno sognare ad occhi aperti, colorano e profumano le mie ricette.”*



# Panini ai cereali

di Ornella Buzzone - [fattoincasaepiubuono.it](http://fattoincasaepiubuono.it)



# Panini ai cereali

“Il pane fatto in casa è uno dei gesti d’amore più grandi che si possono realizzare in cucina. Un atto di cura capace di inebriare tutta la casa di un profumo unico, grazie anche alla lenta cottura. Ecco la ricetta per cucinare dei panini ai cereali adatti alle diverse occasioni.”

**PREPARAZIONE: 2 h e 30 min**

**COTTURA: 45 min**

**PORZIONI: 6/8 panini**

**DIFFICOLTÀ: media**

## Ingredienti

- 400 g farina tipo “2”
- 350 g farina integrale di grano tenero
- 250 g farina di segale
- 15 g malto d’orzo
- 2 buste **Pasta madre disidratata con lievito PANEANGELI**
- 100 g **Mix di Semi e Cereali PANEANGELI**
- 4 cucchiaini olio extra vergine di oliva
- 550 ml acqua naturale a temperatura ambiente
- 2 cucchiaini pieni di sale fino



# Panini ai cereali



## PROCEDIMENTO:

- Inizia mescolando le farine con il malto d'orzo e la **Pasta madre disidratata con lievito PANEANGELI**. Impasta le farine con l'acqua, l'olio e per ultimo, aggiungi il sale.
- Se occorre, per rendere l'impasto più morbido ed omogeneo, puoi aggiungere un pochino di acqua in più.
- Posiziona in una ciotola l'impasto ottenuto, copri con pellicola trasparente e lascia lievitare in luogo caldo per circa 30 minuti.
- Passato questo tempo, impasta nuovamente, aggiungendo un pizzico di farina. A questo punto puoi rivestire due teglie con la carta forno.
- Spennella la superficie con olio extra vergine di oliva e cospargi la superficie dell'impasto con il **Mix di Semi e Cereali PANEANGELI**.

# Panini ai cereali

- Copri nuovamente l'impasto con la pellicola e lascia lievitare altre 2 ore.
- Accendi il forno a 180 °C ventilato e lascia cuocere il pane per circa 45 minuti.

## Blog

**FATTO IN CASA**  
è più buono

Ornella

[fattoincasaepiubuono.it](http://fattoincasaepiubuono.it)

.....

*“Il mio blog di cucina è l’angolo di paradiso in cui mi rifugio dopo giornate di lavoro intense. Amo la cucina con i suoi odori e colori ed amo l’amore sotto qualsiasi forma.”*

# Pizza estiva con verdure

di Elena Levati - [conunpocodizucchero.it](http://conunpocodizucchero.it)



# Pizza estiva con verdure

*“Questa pizza in particolare, è perfetta per la stagione estiva: la base rustica si sposa benissimo con le verdure che ci offre la stagione (melanzane, pomodorini e friggitelli) e con il gusto dei tre formaggi che la completano (ricotta, provolone e mozzarella), in un divertente e sfiziosissimo gioco tra il cotto e il crudo.”*

**PREPARAZIONE: 40 min**

**COTTURA: 50 min**

**PORZIONI: 3 persone**

**DIFFICOLTÀ: facile**

## Ingredienti

### PER L'IMPASTO

- 350 g farina integrale
- 50 g farina integrale di farro
- 4 g malto in polvere
- 1 busta **Lievito Istantaneo Pizza Veloce PANEANGELI**
- 7 g sale
- 100 g ricotta
- 100 ml acqua
- 100 ml latte

### PER FARCIRE

- 12 pomodorini cherry perini
- 20 pomodorini cherry misti (ciliegini, gialli, pachino, datterini)
- 9 friggitelli
- 2 melanzane medie
- passata di pomodoro
- 200 g ricotta
- 250 g ciliegine di mozzarella (peso prodotto già sgocciolato)
- 150 g provolone



# Pizza estiva con verdure



## PROCEDIMENTO:

- Versa nell'impastatrice le farine, il malto, il sale e **Lievito Istantaneo Pizza Veloce PANEANGELI**: mescola tutto molto bene.
- Aggiungi ora la ricotta e l'olio e inizia ad impastare.
- Aggiungi poco alla volta, sempre con le fruste in movimento, prima l'acqua e poi il latte: impasta il tutto per 10 minuti.
- Trasferisciti sul piano da lavoro, infarinalo e forma una palla con l'impasto.
- Dividi in 3 parti uguali (ognuna da 270 g), forma 3 palline, copri le con pellicola e lasciale riposare mentre prepari le verdure.
- Accendi il forno a 220 °C, lava i pomodori cherry, disponili in una teglia, condisci con olio, sale e pepe e inforna per 15 minuti.
- Taglia nel frattempo le melanzane a fettine, disponile ordinatamente su una teglia rivestita con carta da forno, condisci con olio, sale e pepe e infornale per 10 minuti per lato.
- Cuoci i friggirelli in padella con olio, sale e pepe per 10 minuti.

# Pizza estiva con verdure

- Lascia interi metà dei pomodorini cherry misti e taglia in quarti o a spicchi i rimanenti.
- Lavora la ricotta in una ciotola con un goccio di olio, sale e pepe e mettila in una tasca da pasticciare.
- Grattugia la provola.
- Aumenta la temperatura del forno a 250 °C e stendi le 3 pagnottelle mantenendo i bordi più spessi, formando le 3 basi delle pizze. Disponile su 3 teglie rivestite con carta da forno.
- Condisci le basi con qualche cucchiaino di passata di pomodoro, un pizzico di origano e inforna poggiando la teglia sul primo ripiano basso del forno per 10 minuti.
- Spolvera le basi con la provola grattugiata e inforna di nuovo per altri 3 minuti.
- Sforna e completa ogni pizza con 4 pomodorini al forno, qualche fettina di melanzana, 3 friggitelli, spicchi di pomodorini e pomodorini interi, qualche ciliegina di mozzarella a crudo e ciuffetti di ricotta.
- Ultima la preparazione con un pochino di pepe macinato fresco e qualche foglia di basilico.

## Blog



Elena

[conunpocodizucchero.it](http://conunpocodizucchero.it)

.....

*“Sono per i cibi biologici, per il rispetto della stagionalità e per la cucina del riciclo. Sono per le ricette della tradizione rivisitate con originalità e per i piatti semplici presentati con attenzione e cura.”*



*[www.paneangeli.it](http://www.paneangeli.it)*