

FOCACCIA DI CANNELLINI AL ROSMARINO

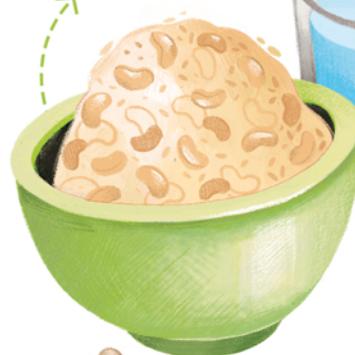


8 PORZIONI



12 ORE LIEVITAZIONE
30 MINUTI PREPARAZIONE
30 MINUTI COTTURA

200 g di fagioli cannellini secchi



alcune foglie di salvia



1 rametto di rosmarino

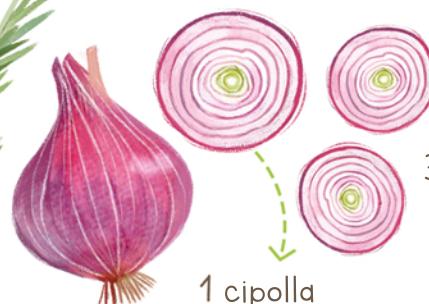


10 g di lievito di birra fresco



100 g di farina di farro

100 g di farina di tipo 2



3 cucchiai di olio extra vergine d'oliva



un pizzico di sale



INGREDIENTI

200 g fagioli cannellini secchi

100 g farina di farro

100 g farina tipo 2

10 g lievito di birra fresco

3 cucchiai di olio extravergine d'oliva

1 rametto di rosmarino

1 cipolla

alcune foglie di salvia

acqua q.b.

un pizzico di sale

Il consiglio in più: l'acqua di cottura dei fagioli è ancora ricca di vitamine e minerali. Non buttarla ma utilizzala per preparare una minestra, una zuppa, o una crema.

PROCEDIMENTO

- In una pentola d'acqua unisci i cannellini (precedentemente ammollati in acqua, con succo di limone e alloro), la cipolla, mezzo rametto di rosmarino e metà delle foglie di salvia. Fai cuocere a fuoco medio-basso, finché i fagioli saranno lessati.
- Scola i fagioli e frullali nel mixer, aggiungendo, se necessario, due o tre cucchiai di acqua di cottura, fino ad avere una purea omogenea e densa. Fai sciogliere, quindi, il lievito in poca acqua tiepida e trita il rosmarino e la salvia restanti.
- In una terrina o nell'impastatrice unisci le due farine setacciate, il lievito sciolto, l'olio extra vergine d'oliva e la purea di fagioli. Inizia a impastare, quindi aggiungi un pizzico di sale, le erbe tritate e lavora ancora per 5 minuti fino a ottenere un impasto omogeneo e sodo. Se necessario aggiungi ancora poca farina di tipo 2.
- Copri il recipiente con l'impasto e riponilo in frigorifero per 12-24 ore. Quindi, trasferisci l'impasto sul piano, lavoralo velocemente con le mani e stendilo su una teglia ricoperta di carta forno, in modo di avere uno spessore uniforme. Copri nuovamente con pellicola alimentare e lascia riposare l'impasto nel forno spento o in un luogo tiepido e riparato per almeno 2 ore, o finché il suo volume sarà raddoppiato.
- Scalda il forno a 170° e inforna la focaccia facendo cuocere per circa 30-40 minuti. Una volta cotta dovrà essere ben dorata e super-invitante!