

# QUANDO USI PANVIVO SARRASIN IL PANE PRENDE VITA

**Panvivo Sarrasin:** pasta acida liquida con Lactobacillus Sanfranciscensis, grano saraceno germogliato e aceto balsamico. Nulla manca per creare un pane buono e salutare, con note piacevolmente acide tipiche della pasta acida di "San Francisco". Questi ingredienti permettono di utilizzare i claim "pane realizzato con pasta acida" e "contiene grano saraceno germogliato".

Assolutamente unica nel suo genere, **Panvivo Sarrasin** conferisce al prodotto un bouquet di sapori delicati e caratteristici, regalati dai gustosi semi di grano saraceno germogliato e dall'aceto balsamico.

## PAN bread – VIVO alive



Il suo nome descrive perfettamente cosa succede quando viene utilizzata questa nuova pasta acida: il pane prende vita.

### LACTOBACILLUS SANFRANCISCENSIS

Questo fermento è stato isolato per la prima volta a San Francisco nel 1971, da qui il nome.

**UN PO' DI STORIA:** Nella baia di San Francisco, i ricercatori d'oro nel XIX secolo portavano alla cintura un sacchetto con acqua e farina che fermentava con la temperatura corporea creando una vera e propria pasta acida. Così nacque il lactobacillo Sanfranciscensis, utilizzato in tutto il mondo per la realizzazione di pani gustosi.



### GRANO SARACENO GERMOGLIATO

Una delle fondamentali caratteristiche del grano saraceno è l'elevato valore biologico della frazione proteica, fonte di fibra alimentare e l'assenza di glutine.

La composizione amminoacidica di questo cereale risulta equilibrata e caratterizzata da una maggior presenza di aminoacidi essenziali.

Il grano saraceno è ricco in potassio, magnesio, manganese, rame, zinco, fosforo, ferro, calcio e sodio. I semi contengono numerose vitamine del gruppo B (B1, B2 e B6) e inoltre sono presenti la vitamina PP (acido nicotico) e la E (tocoferoli) in concentrazioni superiori rispetto a tutti gli altri cereali.

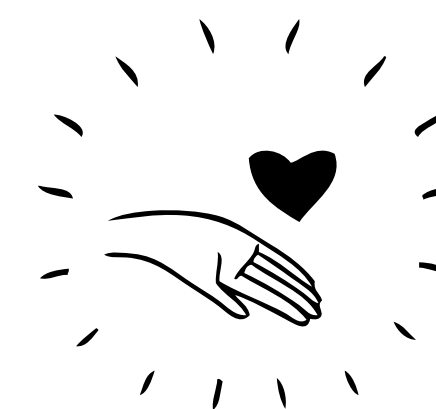
Il grano saraceno è fonte di composti biologicamente attivi, tra cui i polifenoli che hanno un'elevata attività antiossidante.

### La germogliazione



La germogliazione è un processo naturale che apporta miglioramenti tanto nutrizionali quanto sensoriali.

Nella germogliazione industriale il seme riacquista vita tramite un processo controllato, che garantisce la sicurezza alimentare.



### Focaccia genovese

	% sulla farina
Panvivo Sarrasin	7
farina w 250	100
malt it 14 (malto diastatico)	1,3
domino verde (miglioratore millbo)	1
olio d'oliva	5
acqua	60
lievito	3,5
sale	1,8

- Sciogliere il lievito in un litro d'acqua ed aggiungere gli altri ingredienti
- Impastare nell'impastatrice a spirale per 3 minuti in prima velocità e 12 minuti in seconda velocità aggiungendo l'acqua in due volte e alla fine il sale
- Suddividere l'impasto in porzioni da 1800g far riposare per 30 minuti
- Stendere con il matterello e porre l'impasto su teglie unte con olio extravergine di oliva
- Ungere in superficie l'impasto e far lievitare per 45 minuti in cella di lievitazione a 30°C e 70%U.R.
- Spennellare con olio, salare e bucare con le dita la superficie
- Far lievitare per ulteriori 60 minuti in cella a 30°C e 70% U.R.
- Cuocere a 250°C per circa 20 minuti

### Ciabatta

	% sulla farina
Panvivo Sarrasin	6
farina tipo 0 w 300	100
malt it 14 (malto diastatico)	0,5
domino verde (miglioratore millbo)	1
acqua	70
lievito	1
sale	2

- Sciogliere il lievito nel 50% dell'acqua, aggiungere gli altri ingredienti ad eccezione del sale che verrà aggiunto gli ultimi 5 minuti
- Impastare per 5 minuti in prima velocità e 15 minuti in seconda velocità fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo aggiungendo la rimanente acqua a più riprese
- Far lievitare l'impasto per 2 ore a temperatura ambiente
- Formare le porzioni da 500g
- Far lievitare a temperatura ambiente per 45/50 minuti
- Cuocere a 240°C per 40 minuti inizialmente con la valvola del vapore chiusa, aprire la valvola a 10 minuti dalla fine della cottura

### Bagel

	% sulla farina
Panvivo Sarrasin	8,9
farina forte (W 320/350)	100
malt it 14 - (malto diastatico)	0,7
olio di semi di girasole	1,8
aceto	1,6
acqua	54,4
lievito	1,1
zucchero semolato	7,3
sale	2

- Sciogliere zucchero e lievito in acqua tiepida
- Aggiungere farina e tutti gli altri ingredienti, impastare fino ad ottenere un impasto elastico ed uniforme
- Far riposare per 15/20 minuti in una ciotola oleata
- Formare le porzioni da 120g far riposare per 15 minuti
- Conferire la forma a ciambella e riporre su assi di legno leggermente infarinati
- Far lievitare per 45/60 minuti
- In una pentola portare a ebollizione l'acqua, immergere le ciambelle avendo l'accortezza di girarle per cuocerle 3 minuti su entrambi i lati.
- Scolare e disporre su teglie con carta da forno, spennellare la superficie con l'uovo e cuocere per 20 minuti a 180°C