

## Brezel veg-friendly

### RICETTA

	Quantità (g)
<b>FARINA TOTALE</b>	585 g
Farina di grano tenero tipo "2" macinata a pietra	500 g
Farina di grano tenero tipo "0" macinata a cilindri	85 g
Acqua totale	72 g
Bevanda alla soia	280 g
Crema di sesamo	35 g
Olio e.v.o.	40 g
Sale marino	10 g
Malto d'orzo	4 g
Lievito madre idratato al 50%	10 g

Sale grana media e/o semi di sesamo (per guarnire)	q.b.
Acqua sale e bicarbonato per salamoia(*)	q.b.

Queste brezel, a differenza delle solite che propongo, non contengono burro o altri derivati del latte. Come ovvio intuire, il risultato finale sarà differente dal solito brezel, ma non per questo meno gustoso.

(\*) *Indicativamente la salamoia va preparata portando ad ebollizione l'acqua ed aggiungendo per ogni litro d'acqua 50 g di bicarbonato e 7 g di sale.*

### PREFERMENTO \*

		Quantità (g)
Farina di grano tenero tipo "0" macinata a cilindri	100 %	85 g
Acqua	85 %	72 g
Lievito Madre solido rinfrescato 50% idr.	10 %	10 g
<b>TOTALE</b>		167 g

### IMPASTO FINALE

		Quantità (g)
Farina di grano tenero tipo "2" macinata a pietra	100 %	500 g
Prefermento (*vedere tabella)	33 %	280 g
Bevanda alla soia	56 %	426 g
Sale marino	1,9 %	10 g
Crema di sesamo	7 %	35 g
Olio e.v.o.	8 %	40 g
Malto d'orzo	0,8 %	4 g
<b>TOTALE</b>		1222 g

### 1) PREPARAZIONE DEL PREFERMENTO

12-14 ore prima di procedere alla preparazione dell'impasto, preparate il prefermento, mescolando la quantità di lievito madre solido idratato al 50% con acqua ad una temperatura di circa + 24/26 °C e farina. Fatelo fermentare in un contenitore per alimenti a chiusura ermetica. La temperatura finale dell'impasto del prefermento deve essere di circa + 24/26 °C.

### 2) OPERAZIONE DI IMPASTO

Passate le 12/14 ore necessarie al prefermento, nella bevanda alla soia a temperatura ambiente, sciogliete il sale. In una ciotola abbastanza capiente, mescolate il prefermento con il malto d'orzo e aggiungete l'80% della bevanda alla soia (nella quale avrete precedentemente sciolto il sale), continuando a mescolare. Poco alla volta aggiungete la farina ed in fine la bevanda alla soia rimasta. Continuate fino a che tutta la farina sarà idratata. A questo punto aggiungete anche l'olio e.v.o. e la crema di sesamo. Continuando ad impastare fino a che l'impasto risulterà omogeneo e morbido. Poi rovesciate il tutto su di un piano di lavoro infarinato e continuate ad impastare per altri 5/6 minuti, fino a quando l'impasto risulterà incordato. Se si utilizza un'impastatrice, dopo aver aggiunto tutti gli ingredienti nell'apposita ciotola impastare per 4/6 minuti alla velocità più lenta, finché si otterrà la giusta omogeneità. Completare impastando a velocità media per un altro minuto e mezzo. L'impasto finale risulterà abbastanza soffice. La temperatura finale dell'impasto desiderata è di circa + 28°C.

### 3) FERMENTAZIONE DELL'IMPASTO

Far fermentare per 30-40 minuti in funzione della temperatura ambiente.

### 4) PORZIONATURA E FORMATURA

Dividere l'impasto in parti da 100g l'una circa, formare delle palline e lasciare riposare per altri 15 minuti circa.

Nel frattempo potrete preparare la salamoia(\*) di acqua bollente sale e bicarbonato nella quale immergerete i brezel per creare l'effetto di brunitura tipico.

Dopo di che procedete a stendere ogni pallina formando un cilindro della lunghezza di 25/30 cm con le estremità più sottili.

Intrecciare nella forma classica del brezel e immergere per una ventina di secondi nella salamoia(\*) precedentemente preparata. Lasciare sgocciolare bene prima di disporre su carta da forno, quindi guarnire con granelli di sale o semi di sesamo.

### 5) LIEVITAZIONE FINALE

Fare lievitare per 2 o 3 ore in funzione della temperatura ambiente.

### 6) COTTURA

Cuocere a +230 °C per 15/20 minuti. Se necessario concludere con altri 5 minuti di cottura a spiffero (sportello del forno socchiuso) per ottenere il giusto grado di umidità.