Focaccia rustica con farina di farro e olio aromatico



Dopo un'apertura dolce, una ricettina salata direi che ci sta proprio bene, no?!?!?!
E visto che adoro i lievitati in tutte le forme (anche se vorrei saperne moooolto ma molto di più!) mi piace l'idea di inziare con una focaccia un po' rustica, nata dalla rielaborazione di una ricetta di focaccia con farina di grano duro (dice!!!) di cui però non ero molto convinta.
Quella che voglio proporvi è una focaccia con farina di farro integrale, insaporita con olio aromatizzato al rosmarino e maggiorana, adattissima ad essere farcita (a casa l'abbiamo gustata con speck e provola..fantastica calda, con il formaggio che fonde leggermente!) ma buonissima anche da sola al naturale, perchè sofficissima e molto saporita.
Essendo l'impasto estremamente idratato e molto morbido, è bene usare l'impastatrice o la MdP, perchè credo sia difficile riuscire ad incordarlo a mano.
Ecco la ricetta.

Focaccia rustica con farina di farro e olio aromatico

Print
Prep time
3 hours 30 mins
Cook time
20 mins
Total time
3 hours 50 mins

Per 4 persone
Author: Federica
Recipe type: Lievitati salati
Serves: 4

Ingredienti

- 200 gr di farina 0
- 150 gr di farina di farro integrale
- 150 gr di semola rimacinata di grano duro
- 20 gr di fiocchi di patate (quelli per il purè)
- 300 ml di acqua
- 100 ml di latte intero
- 12 gr di lievito di birra fresco
- 3 cucchiai di olio evo
- 1 spicchio d’aglio
- 1 rametto di rosmarino
- 1 ciuffetto di maggiorana
- 1 cucchiaino di zucchero di canna (o malto o miele)
- 8 gr di sale
- emulsione acqua-olio e sale grosso per condire

Procedimento

1. Sciogliere il lievito nell’acqua appena tiepida insieme allo zucchero.
2. Lasciar riposare per una decina di minuti.
3. Nel frattemposcaldare l’olio con lo spicchio d’aglio schiacciato e le erbe aromatiche, in modo che prenda sapore, e mettere da parte.
4. Nella ciotola dell’impastatrice riunire le farine (0, di farro e semola) meno un paio di cucchiai, il sale e i fiocchi di patate.
5. Dare una mescolata veloce con un cucchiaio, fare la fontana al centro ed aggiungere l’acqua con il lievito ed il latte a temperatura ambiente.
6. Cominciare ad impastare a bassa velocità, proseguendo per circa una ventina di minuti, aggiungendo dopo 5-6 minuti l’olio aromatizzato e poi il resto della farina.
7. Coprire la ciotola con un panno umido e lasciar lievitare nel forno appena stiepidito con lo sportello socchiuso per 2 ore.
8. Una volta lievitato, rovesciare l’impasto sulla

spianatoia abbondantemente spolverata di semola (l’impasto è molto morbido e si attacca facilmente), dare due giri di pieghe tipo 1, aiutandosi con una spatola per facilitare il tutto, spolverare la superficie con altra semola, coprire con un panno umido e lasciar riposare per 30 minuti.

9. A questo punto, con le mani molto ben unte di olio, trasferire l’impasto nella teglia rivestita di carta forno e stenderlo tirandolo e allargandolo da sotto, facendo in modo di non schiacciare troppo le bolle.
10. Spennellare la superficie con un’emulsione di acqua-olio, condire con del sale grosso (poco!!) pestato nel mortaio (avrei aggiunto volentieri qualche ago di rosmarino ma…furba! me ne son dimenticata) ed lasciar lievitare ancora per una mezz’oretta.
11. Nel frattempo portare il forno alla max temperatura statico, poi cuocere la focaccia per circa 15 minuti ultima tacca in basso e per altri 3-4 minuti seconda tacca dall’alto, fino a che è risultata ben dorata.

“Basta un poco di lievito“…la bella raccolta di Betty!