



## I PANI AD ALTA IDRATAZIONE: CIABATTA E PIZZA IN PALA ROMANA con Gianluca Fonsato di Officina Energetica

Questo laboratorio, sviluppato in una serata, ci porta nel cuore della panificazione dove in maniera teorica e pratica vedremo tutte le varie tipologie di farine, dalla più raffinata 00 fino all'integrale, impareremo a sceglierle in base alle nostre esigenze, al prodotto che dovremmo ottenere e alle schede tecniche. L'importanza dell'acqua negli impasti, dei lieviti (sia lievito di birra che il lievito naturale) e dei vari ingredienti come l'olio e il sale. Vedremo l'aspetto nutrizionale ed energetico dei grani antichi, l'importanza della scelta delle farine biologiche e l'immenso valore del germe di grano.



Ogni partecipante verrà condotto in maniera pratica nella creazione di un impasto a mano, imparandone le varie pezzature per la formazione di pizze, pane e focacce, i tempi di lievitazione e le tecniche di cottura nei semplici forni casalinghi. Ogni partecipante creerà il proprio impasto, imparandone tempi di lievitazione e cottura.

**Una lezione** per imparare a preparare:

- Ciabatta
- Pizza in pala romana



Il Costo a serata è di Euro 60,00



Chiamami al 347 8935669  
per qualsiasi informazione  
o per iscriverti. Ti aspetto  
Buon Apprendimento  
.....con Gusto

