



AZIENDA AGRICOLA PASSERINI

PIADINA DI CANAPA

Ingredienti per 6 piadine:

- 250gr di farina di farro
- 50gr farina di canapa
- 150ml di acqua a temp. ambiente
- 1 cucchiaino di sale
- 2 cucchiaini di olio d'oliva EVO
- 1 pizzico di cremor tartaro (sostituto del lievito)



Preparazione:

Mescolate insieme le due farine, il sale e il cremor tartaro setacciandoli per bene, poi formare una fontanella sul piano di lavoro e aggiungere pian piano l'acqua e l'olio.

Impastate bene per alcuni minuti fino a formare un impasto liscio ed omogeneo. Se l'impasto dovesse risultare ancora duro aggiungere poca acqua.

Non serve lasciar riposare, basta fare 6 palline e stenderle con un mattarello.

Cuocere in pentola antiaderente unta con poco olio per un minuto a lato, tre da una parte e tre dall'altra.

Agricoltura per il corpo e per l'Anima

