



## ***Pane con farina di quinoa***



### **Farina di quinoa**

La quinoa è una farina che si può usare in purezza oppure insieme ad altre; ha un **basso indice glicemico** ed un gusto particolare che richiama quello dei legumi. Si può trovare in commercio anche in versione tostata e, in cucina, fundamentalmente viene utilizzata in ricette salate. Trova grandissimo impiego anche nella preparazione del pane.

### **Pane di quinoa**

Un pane diverso da quelli preparati in precedenza, morbido, **quasi una brioche**, grazie all'utilizzo del latte e delle uova.

### **Ingredienti**

|        |                                 |
|--------|---------------------------------|
| 400 g  | Farina di quinoa                |
| 300 ml | Latte                           |
| 20 g   | Lievito di birra                |
| n° 4   | Cucchiaini di olio extravergine |
| n° 4   | Uova                            |
| 8 g    | Sale                            |

### **Preparazione**

1. Scaldare leggermente il latte fino a farlo diventare tiepido e versarvi il lievito, per farlo sciogliere completamente.
2. Sbattere i tuorli con una frusta elettrica o a mano, unire il latte con il lievito, l'olio extravergine, un pizzico di sale e la farina precedentemente setacciata.
3. In un'altra ciotola, montare gli albumi ed unirli delicatamente all'impasto.
4. Preparare uno stampo imbutito imburrato e infarinato (farina di quinoa o di riso), versare l'impasto, lasciar lievitare per 1 ora (o finchè non sarà cresciuto bene nello stampo) e cuocete a 180 °C per 45 minuti o finchè la crosta risulterà bella dorata.