



Focaccia farcita con bietole e stracchino senza glutine

6 Luglio 2020



1 TEGLIA DA 6 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE
25 MIN



TEMPO DI COTTURA
35 MIN



CALORIE
530K

NOTE
3 ORE DI LIEVITAZIONE + 30 MINUTI DI RIPOSO

INGREDIENTI

PER L'IMPASTO

400 g di Preparato per pane, pizza e pasta senza glutine

400 ml di Acqua

20 g di Lievito di birra fresco

Zucchero semolato

Amido di mais (maizena) consentito

2 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale

PER LA FARCITURA

800 g di Bietole

240 g di Stracchino

150 g di Mozzarella

2 spicchi di Aglio bio

10 cl di Vino bianco secco

1 cucchiaino di Semi di finocchio

Prezzemolo fresco

1 cucchiaio di Olio extravergine di oliva

Sale

Pepe

Preparazione

- Preparate l'impasto senza glutine. Mettete in una ciotola il preparato con un pizzico di sale; aggiungete il lievito e un pizzico di zucchero, sciolti in una parte di acqua tiepida, l'olio e mescolate con un cucchiaio. Aggiungete via via l'acqua che resta, ma non lavorate troppo l'impasto, che rimarrà piuttosto appiccicoso.
- Dopo averlo fatto riposare per mezzora, coperto con pellicola alimentare perché non si secchi, disponete l'impasto su una superficie cosparsa di amido di mais e iniziate una serie di piegature per renderlo più sodo e liscio (si effettua il "folding", cioè il ripiegamento). Stendete l'impasto a rettangolo (aiutatevi con il dorso del cucchiaio unto), piegate i lembi laterali su quello centrale; poi giratelo a 90° e piegatelo di nuovo, poi ancora altre tre volte. A questo punto l'impasto risulterà abbastanza elastico; ponetelo in una ciotola appena unta, copritelo con la pellicola e fatelo lievitare per circa 3 ore in un posto tiepido.
- Intanto mondate le bietole e lavatele perfettamente, cambiando varie volte l'acqua, poi scolatele ma non troppo.
- Ponete i semi di finocchio tra due fogli di carta da forno e schiacciateli leggermente, usando un batticarne dalla parte piatta, poi metteteli da parte.
- Sbucciate l'aglio, tritatelo finemente e fatelo soffriggere con un filo di olio e i semi di finocchio preparati, in una padella antiaderente per 1-2 minuti a fuoco basso, mescolando perché non si brucino. Alzate la fiamma, sfumate con il vino e aggiungete le bietole; quindi salate, pepate, mettete il coperchio, cuocetele per 5-6 minuti a fuoco medio e poi fatele intiepidire.
- Tritate finemente la mozzarella: se usate il mixer procedete a scatti per non renderla cremosa. Trasferitela in una ciotola, aggiungete lo stracchino e lavorate con una forchetta. Quando le bietole saranno tiepide tritatele in modo grossolano, aggiungetele ai due formaggi e amalgamate bene.
- Trascorso il tempo necessario riprendete l'impasto senza glutine, lavorandolo poco perché si può rompere e creare buchi. Dividetelo in 2 metà, appoggiate una su carta da forno spolverizzata con amido di mais e premete leggermente con la punta delle dita per creare la forma voluta, girandola via via insieme alla carta. Lavorate sempre dal centro verso l'esterno, in modo da ottenere uno spessore uniforme. Trasferitelo nella teglia insieme alla carta e distribuitevi sopra il composto di bietole e formaggi.
- Stendete nello stesso modo l'altra metà di impasto, sempre sopra un pezzo di carta da forno, rovesciatelo sulla teglia in modo da coprire tutto il ripieno, staccate la carta e sigillate bene i bordi della focaccia. Spennellate la superficie della focaccia con un po' di olio, insaporite con un pizzico di sale e infornate a 200°C in forno preriscaldato, per circa 20 minuti. Sformatela e fatela appena intiepidire, tagliatela a quadretti e servitela.

Carla Marchetti