

## PANINI ALLO YOGURT

Questi panini morbidissimi li ho fatti con dello yogurt fatto da me.

Sono fatti con il metodo dell'impasto morbido impastato pochissimo e a lievitazione lunga, quasi un pane senza impasto.

Si conservano benissimo per un paio di giorni. Ho usato solo manitoba, perchè volevo dei panini soffici.

500 gr di farina manitoba bio

200 gr di pasta madre rinfrescata qualche ora prima

250 ml di yogurt intero fatto in casa

1 cucchiaino di malto

3 cucchiari di olio evo

1 cucchiaino di sale

acqua

Verso l'ora di pranzo ho rinfrescato la pasta madre, l'ho lasciata a lievitare nel forno spento fino a sera, la sera ne ho messo metà in frigo, l'altra (200 grammi) l'ho sciolta nello yogurt (a temperatura ambiente), ho aggiunto gli altri ingredienti fino ad avere un impasto appiccicoso e molle, l'ho impastato pochissimo e l'ho lasciato in forno a lievitare tutta notte.

La mattina dopo ho fatto delle pallette infarinate, le ho messe sul tappetino pronte da infornare e le ho lasciate a lievitare ancora un paio d'ore coperte con uno strofinaccio.

Le ho infornate a 180 gradi come al solito, per mezz'oretta circa, non devono colorire troppo.

