

# PANE *con farina di canapa*

---

## INGREDIENTI BIGA (PRE-IMPASTO)

145g



100g  
farina  
integrale



45g  
acqua



1g  
lievito compresso

## INGREDIENTI IMPASTO

da aggiungere agli ingredienti pre-impasto



379g  
farina  
integrale



84g  
farina  
di segale "0"



50g  
farina  
di canapa



313g  
acqua a 16 gradi



12g  
olio extravergine  
di oliva



10g  
lievito compresso



ALPI - BIO

