

# La Moreschina e la Semintegrale, le farine di Molino Vigevano dal gusto unico che fanno bene alla salute

ott 11, 2017 | Food



Dalla collaborazione con i migliori esperti e dall'applicazione di processi di lavorazione naturale che esaltano tutte le caratteristiche delle farine poco raffinate, nascono la Moreschina e la farina Semintegrale di Molino Vigevano, il brand del Gruppo Lo Conte dedicato al segmento delle farine per preparazioni dolci e salate per uso professionale e casalingo. Si tratta di farine ideali per preparazioni leggere, facile da lavorare e ricche di vitamine e sali minerali.

**Moreschina, farina molto speciale con germe di grano al naturale**



I cereali, attentamente selezionati, le donano un gusto inconfondibile e valori nutrizionali elevati. La Moreschina di Molino Vigevano è a base di: semi di lino ricchi di omega 3, fiocchi d'avena fonte di proteine e acidi grassi, semi di miglio e sesamo fonte vegetale di calcio per eccellenza, farina di segale e soia integrale.

Il perfetto bilanciamento di semi al suo interno la rendono semplice da lavorare e da stendere. Grazie poi al suo elevato contenuto proteico, W 270, è una farina che permette un elevato assorbimento d'acqua e lievitazioni oltre le 12 ore a temperatura ambiente.

Sia i semi di sesamo che i semi di lino oggi sono sempre più alla ribalta come alleati sempreverdi del benessere, ne bastano infatti poche quantità per beneficiarne a livello fisico: i primi aiutano ad abbassare il rischio di malattie cardiovascolari, i secondi sono una vera e propria miniera di acidi grassi essenziali, proteine, minerali e vitamine indispensabili nella formazione delle membrane cellulari che contrastano i processi infettivi e l'invecchiamento.

Con la Moreschina si possono preparare pane multicereali, pizze e focacce da abbinare a formaggi e salumi ma anche dolci lievitati.

### **Semintegrale, la farina macinata a "tutto corpo"**



Tra le farine di Molino Vigevano poco raffinate e macinate a pietra, c'è anche la Farina Semintegrale. E' una farina che ha un elevato contenuto di fibre e parti cruscali arrotondate, pronte a regalare un gusto più delicato rispetto ad una classica farina integrale dal sapore notoriamente più amarognolo.

Essendo così ricca di fibre, la Semintegrale garantisce un buon assorbimento di acqua che permette quindi di realizzare prodotti ben idratati e leggeri, con lievitazioni da 3 a 6 ore a temperatura ambiente. Inoltre, grazie alle parti cruscali arrotondate, l'impasto, in fase di stesura e manipolazione, non si strappa come le normali farine integrali, ma mantiene una maglia glutinica compatta e facilmente lavorabile.

La Semintegrale è ideale da usare per la preparazione di pani scuri, pizze dal gusto intenso, pasta fresca, torte e biscotti sani e gustosi e con una buona quantità di fibra che rappresenta uno dei composti bioattivi più importanti, in grado di apportare benefici alla nostra salute contribuendo alla prevenzione di diverse patologie, come diabete, malattie cardiovascolari e obesità.

#### **RICETTA: FOCACCIA CON CIPOLLE CARAMELLATE E MANDORLE**

Nel sacchetto del pane ci sono aromi che profumano di tradizione, di ricordi. Momenti vaghi, sparsi nella mente, che piano piano tornano a noi rievocando emozioni, persone, momenti che hanno segnato la nostra infanzia. Ci mandavano a prendere il pane, e puntualmente un pezzo di focaccia lo infilavamo in quel sacchetto stretto, ma non per molto. Il tragitto era la chiave, l'unione tra "ne mangio un pezzetto" al "me la mangio tutta tanto nessuno ha visto niente...". La focaccia era un simbolo. E deve continuare a vivere.

Se poi ci mettiamo a farcela in casa, beh, cambia tutto... le gestualità, il profumo dell'impasto, i bambini che guardano incuriositi. Un semplice impasto che si trasforma in un atto terapeutico.



Iniziamo a mettere le mani in pasta, partiamo dalla farina.... La nostra farina semi integrale, macinata a pietra grazie al germe di grano integrato, garantirà un prodotto davvero completo con tutti gli elementi preziosi contenuti nel grano, sia dal punto di vista organolettico che nutrizionale. Infatti, il germe è ricco di acidi grassi essenziali e sali minerali. Inoltre, il profumo che restituirà è davvero indescrivibile.

#### **INGREDIENTI:**

300 g di farina semi integrale Molino Vigevano

200 ml acqua

6 g di sale fino

9 g di olio extra vergine

3 g di lievito di birra secco

#### *Per la farcitura*

200 g di cipolla rossa di tropea

20 g zucchero di canna

50 g di mandorle a lamelle

#### *PROCEDIMENTO*

-Impastate la farina con il lievito e 180 ml di acqua. Lavorate quanto basta per far assorbire tutta l'acqua, poi lasciate riposare per circa 10 minuti.

-Lentamente aggiungete l'acqua rimanente, il sale e infine l'olio.

-Lavorate l'impasto quanto basta per ottenere una massa liscia. Se avete difficoltà lasciate riposare l'impasto e successivamente applicate delle pieghe.

-Quando l'impasto sarà pronto, lasciatelo riposare per circa 20 minuti, dopodiché formate una palla non troppo tesa.

-Lasciate riposare fino al raddoppio in un luogo tiepido (circa 26°C) fino al raddoppio dell'impasto.

-Nel frattempo ungete una teglia del diametro di 26 cm.

-Quando l'impasto sarà visibilmente lievitato ponetelo nella teglia, ungetevi le mani con dell'olio e iniziate a schiacciare l'impasto con i polpastrelli, senza premere troppo.

-cospargete di olio la focaccia e ponete nuovamente a lievitare fino a quando la pasta non avrà raggiunto i bordi della teglia.

-Preriscaldate il forno e cuocete a 200°C per circa 30 minuti.

#### *CIPOLLE CAMELLATE*

- Affettate la cipolla a rondelle e cuocete assieme allo zucchero e una noce di burro per circa 25 minuti o comunque fino a quando non avranno preso la giusta colorazione. Se dovessero prendere colore troppo in fretta sfumate con del vino bianco.

#### *COMPOSIZIONE*

-Tagliate la focaccia a spicchi, guarnite con la cipolla caramellate e cospargete con le mandorle a lamelle.

Per rendere ancora più sfiziosa questa focaccia potete aggiungere 200 g di salsiccia sfumata alla birra e 250 di broccoli cotti al vapore.

## Articoli recenti

DHL e Accenture portano la blockchain nella logistica per l'industria farmaceutica

FONDAZIONE ADO ONLUS: 20 ANNI AL FIANCO DI CHI E' AFFETTO DA NEOPLASIE IN FASE AVANZATA O MALATTIE CRONICHE GRAVEMENTE INVALIDANTI

Rubner Porte: Chamonix, la porta elegante e funzionale

Da Molino Vigevano le farine dal gusto unico che fanno bene alla salute: la Moreschina e la Semintergale

In che modo la Smart City deve diventare Safe City: ce ne parla Hexagon Safety & Infrastructure

## Commenti recenti

### Archivi

marzo 2018

febbraio 2018

gennaio 2018

dicembre 2017

novembre 2017

ottobre 2017

settembre 2017

agosto 2017

luglio 2017

giugno 2017

maggio 2017

aprile 2017

marzo 2017

febbraio 2017

gennaio 2017

dicembre 2016