



# Προζυμένιο Μετσόβου

## Εκτέλεση

Ζύμωμα:

Αργό – 5 min

Γρήγορο – 5 min

Ξεκούραση: 45 min

Κόψιμο: 500 g

Πλάσιμο: χαλαρό σε σχήμα φρατζόλας, τοποθέτηση στο τελάρο με τη ραφή προς τα πάνω (μετά τη στόφα και πριν το φούρνισμα)

Στόφα:

35°C, 60%

20min

Χάραγμα: για να ενισχύσουμε το σκάσιμο της ραφής

Φούρνισμα:

Με κανονικούς ατμούς, 210°C, 45 min

## Υλικά

5 kg αλεύρι Τύπου Μ

ΑΡΤΟΠΟΙΙΑΣ ΚΙΤΡΙΝΟ

(Κίτρινα)

5 kg αλεύρι Τύπου 70 % EXTRA

ΔΥΝΑΤΟ (Λευκά)

200 g αλάτι

250 g μαγιά

2 kg ζυμάρι 24 ωρών

600 ml ξύδι

8 L νερό