

## LO CHEF

### Come il pane di una volta...

L'Osteria Cera nasce nel 1966 con "I cicchetti" di mamma Silvana, piccoli assaggi a base di pesce, per lo più pescato da papà Rino, serviti con ottime "ombre de vin" (bicchieri di vino). La tradizione continua fino al 1995, momento in cui tre fratelli Daniele, Lorena e Lionello decidono di prendere in mani le redini dell'azienda di famiglia: i primi due in cucina, il terzo accompagnato dalla moglie Simo-netta in sala e cantina. Cambia la generazione ma i sapori restano gli stessi, se pur rivisitati dalla cucina moderna: pesce proveniente dal vicino Mar Adriatico, dolci fatti in casa e ottimi pani creati appositamente dalla signora Lorena per esaltare il gusto delle pietanze scelte. «Con Petra – dichiara Lorena Cera – ho riscoperto il pane di una volta, un pane rustico, molto apprezzato dalla clientela per la sua gradevolezza e leggerezza. Il profumo del pane è inebriante e si diffonde per tutta la sala».



## Un modo per interpretare Petra

Ricetta a cura dello Chef Lorena Cera  
Ristorante Antica Osteria Cera, Via Marghera, 24 - 30010 Lughetto di Campagna Lupia (VE)

- BIGA**  
Farina Petra  
Molino Quaglia 2500 g  
Acqua 1750 g  
Lievito 25 g
- IMPASTO**  
Biga 1000 g  
Farina Petra Molino Quaglia  
1000 g  
Acqua 600 g  
Sale 40 g  
Lievito 25 g  
Olio extra vergine d'oliva 50 g  
Cereali maltati 10 g

- ◆ Mettete tutti gli ingredienti in planetaria per alcuni minuti e successivamente lasciate riposare dalle 12 alle 19 ore.
- ◆ Mettete tutti gli ingredienti in planetaria e dopo 10 minuti aggiungere i 40 g di sale. Continuate in planetaria per altri 5 minuti poi fate riposare per altri 45 minuti. Date la forma desiderata al pane (1-2) e mettete in camera di lievitazione per 30 minuti. Infornate quindi a 210°C fino al raggiungimento della doratura voluta. Nel pane a crudo, a piacere, potete praticare dei taglietti (3) e inserire dei pomodorini maturi, olio ed origano (4).

### Il prodotto utilizzato

La Farina Petra è eccezionale, perché ottenuta spingendo il grado di estrazione del Chicco di Grano. È paragonabile per contenuto nutrizionale e gusto del pane a quella lavorata dagli antichi molini con macina a pietra, con in più i requisiti sanitari dei molini moderni. Il pane prodotto con Petra a lievito naturale è digeribile, gustoso, si conserva per più giorni ed è ideale abbinato con gli alimenti di base della dieta mediterranea. La farina Petra, ossia farina di grano tenero tipo "1" è stata studiata per i pani che fanno riscoprire il gusto della tradizione gastronomica italiana. È perfetta in abbinamento con i processi di lievitazione naturale che rispettano i giusti tempi di maturazione e particolarmente adatta a tempi di lievitazione medio-lunghi. Eccezionale la durata nel tempo delle caratteristiche di fragranza del pane. Ha una capacità di assorbimento di acqua durante l'impasto superiore alla media, che la rende adatta per la produzione di pane di grande e media pezzatura con crosta croccante e mollica compatta e digeribile.



**Molino Quaglia Spa**  
Via Roma, 6  
35040 - Vighizzolo D'Este, PD  
Tel.: +39 429 649122  
[www.molinoquaglia.it](http://www.molinoquaglia.it)



### VALORI NUTRIZIONALI DELLA FARINA PETRA

	FARINA PETRA (SU 100 G DI PRODOTTO)	FARINA TIPO "0" (valori medi riferiti a farine di grano tenero presenti sul mercato)
<b>VALORE ENERGETICO</b>	336 kcal e 1420kj	340 kcal e 1450 kj
<b>PROTEINE</b>	14 g	11 g
<b>CARBOIDRATI DI CUI ZUCCHERI</b>	67 g 0,13 g	70 g 0,15 g
<b>GRASSI DI CUI ACIDI GRASSI SATURI</b>	1,35 g 0,18 g	1 g 0,15 g
<b>FIBRA ALIMENTARE TOTALE</b>	6,80 g	2 g
<b>SODIO</b>	<1 mg	< 1 mg
<b>FIBRA GREZZA</b>	1 g	0,15 g

