Focaccia Salata

**TABELLA NUTRIZIONALE PER 100 gr. di focaccia**

**Calorie: 249**

**Acqua: 45,9 gr.**

**Proteine: 8,7 gr.**

**Grassi: 7,9 gr.**

**Carboidrati: 35,8 gr.**

**Fibra: 1,8 gr.**

**Calcio: 35 mg**

**Ferro: 3,1 mg**

# Ingredienti

500 gr. di farina

8 gr. di lievito di birra

5 gr. di sale

20 ml. di olio

300ml. di acqua

Rosmarino per condire

# Preparazione

Setacciare la farina e versare in una planetaria e aggiungere il lievito sbriciolato con metà dell’ acqua, iniziare ad impastare e quando l’acqua sarà ben incorporata aggiungere la restante acqua poco per volta, poi il sale e infine l’olio a filo, quando l’impasto sarà omogeneo ungere il piano da lavoro con dell’ olio e lavorare l’impasto fino a dargli una forma sferica , mettere l’ impasto in una ciotola coperta con della pellicola e lasciar lievitare per 1 ora nel forno spento con la luce accesa. Una volta lievitato l’impasto ungere una teglia d’olio e metterci l’ impasto unto d’ olio e ricoprire il tutto con la pellicola e far lievitare per un’ altra ora. Una volta lievitato togliere la pellicola e con le dite creare i tipici buchi della focaccia e distribuirci il rosmarino. Cuocere in forno ventilato a 180°C per 40 minuti, una volta cotto aspettare che si raffreddi per toglierlo dalla teglia.