



## 4- Pasta per Pizzoccheri

Difficoltà: media

Tempo: ca. 1 ora

### INGREDIENTI (dosi per 4 persone):

400 g di **farina di grano saraceno ticinese** macinata fine  
100 g di **farina bianca**  
1 cucchiaino di **sale**

### PREPARAZIONE:

Mescolate i due tipi di farina e ponetele sulla spianatoia. Fate un buco nel centro e mettetevi il sale. Lavorate l'impasto aggiungendo acqua tiepida quanto basta in modo da avere una pasta soda che si lavori bene con le mani e non si attacchi alla spianatoia.

Spolverizzate la spianatoia con un po' di farina integrale, appoggiatevi l'impasto e lasciatelo riposare per 15 minuti dopo averla ricoperta con uno strofinaccio ben pulito. Trascorso il tempo, impastare nuovamente finché il composto è liscio ed omogeneo.

Stendete quindi la pasta con un matterello infarinato, tirate una sfoglia alta circa 3 mm e ritagliatela a strisce larghe 1 centimetro circa (come per fare delle tagliatelle). Allargate le fettuccine su di un tovagliolo grande in attesa di iniziare la cottura.

### OSSERVAZIONI:

È possibile acquistare i nostri **Pizzoccheri ticinesi** (variante PI o BIO) già pronti.  
Per cucinare degli ottimi Pizzoccheri, consultate la ricetta numero 5 – Pizzoccheri.