



## Boston brown bread

[Del 06/02/2003 | Sezione: [Pane & co.](#) | Categoria: [Pane](#)]

**Ingredienti: per 4 persone: 150 g di farina di segale, 150 g di farina di granturco, 150 g di farina integrale, 3/4 cucchiaino di bicarbonato di soda, 1 cucchiaino di sale, 30 cl di melassa scura, 30 cl di yogurth intero, 150 g di uvetta sultanina**

In una terrina capace setacciate i tre tipi di farina con il bicarbonato di soda e il sale in una grande terrina. Aggiungete la melassa, lo yogurth e l'uvetta. Mescolate bene. Dal composto ottenuto ricavate tre parti uguali. Mettete ogni parte in una scatola da caffè rotonda da 500 g che avrete precedentemente imburato. Coprite ogni scatola con della carta oleata seguita da un foglio di alluminio. Fate in modo da lasciare un po' di spazio (circa 3 cm) tra la scatola e la carta, per permettere al pane di lievitare. Fermate i fogli con uno spago. A questo punto poggiate le scatole su una reticella che metterete in una pentola molto larga. Riempite la pentola con acqua bollente fino a coprire 3/4 delle scatole. Portate l'acqua a ebollizione, coprite la pentola con un coperchio, abbassate la fiamma e fate cuocere a bagno maria per 2 ore e mezzo. Controllate ogni tanto la pentola e, se necessario, aggiungete l'acqua necessaria per raggiungere il livello originale. Trascorso il tempo necessario, togliete delicatamente le scatole dalla pentola. Fate raffreddare quel tanto che basta per togliere i pezzi di pane dalle scatole. Servite caldo con del burro.

[ [Versione PDF](#) | [Versione per la stampa](#) | [Segnala ad un amico](#) ]