

Ingredienti per 8 treccine
220 g di farina integrale
180 g di farina di farro
5 cucchiaini di zucchero di canna

250 ml di latte di soia tiepido
25 g di lievito di birra fresco
30 g di olio evo
2 cucchiaini di sale
100 g di cioccolato fondente a pezzetti

Preparazione
Sciogliamo nel latte lo zucchero e il lievito mescoleremo e copriremo per 15 minuti lasciando fermentare.
Nel frattempo in una ciotola più grande prepariamo la farina con il sale dentro alla quale, dopo i 15 minuti di fermentazione, aggiungeremo gli ingredienti preparati precedentemente (tranne il cioccolato).
Mescoliamo energicamente per 10-15 minuti, copriamo con la pellicola per alimenti e sopra un panno di cotone pulito e lasciamo lievitare per 90 minuti circa.

Poi dividiamo l'impasto in 8 parti uguali e di ogni parte creiamo un rettangolo che taglieremo lateralmente in listarelle lasciando però il centro non tagliato.

Sulla parte centrale poniamo i pezzetti di cioccolato e poi intrecciamo i lembi in modo che combacino.

Poniamo le nostre treccine sulla piastra del forno coperta di carta forno ed
inforniamo a 180° per 10-15 minuti e finché non appariranno dorate e poi sforniamo.

Serviamo tiepide o a temperatura ambiente.

Si conservano per un paio di giorni dentro un contenitore ermetico.