

# Dolci&Pani

fatti con le tue mani

Preparato per

## Croissant Integrali

Anche tu ora puoi preparare in casa, con le tue mani e con un po' di impegno, i croissant integrali che solitamente trovi al bar o in pasticceria.

Si tratta di un preparato ben bilanciato a base di farina integrale semola di soia, che conferisce al prodotto finito una importante percentuale di fibre e principi nutritivi, donando una piacevole e rustica puntinatura in superficie.

Come sempre abbiamo cercato, anche per questa versione di croissant, di garantire il gusto ed il sapore tradizionale, nonché la sfogliatura e la fragranza di un buon lievito.

**INGREDIENTI:** Farina di **grano tenero** tipo "0", farina di **grano tenero** integrale, semola di **soia**, zucchero, grasso vegetale (palma RSPO), **uova** in polvere, proteine del **latte**, glutine di frumento, sciroppo di glucosio, sale, farina di cereali maltati (**orzo**), aromi, emulsionanti (E472e, E471), stabilizzante (E451i), enzimi (alfa amilasi, xylanasi), agente di trattamento della farina (acido L-ascorbico), colorante (beta carotene).

**CONTAMINAZIONE CROCIATA:** Il prodotto può contenere tracce di **frutta a guscio** e **semi di sesamo** utilizzati nello stesso impianto di produzione.

<b>Ricetta:</b>	Dosaggio 1	Dosaggio 2	Dosaggio 3
Preparato	250	500	1000
Lievito di birra fresco	12-13	25	50
Acqua (circa)	110	225	450
Burro o margarina per croissant	75	150	300

N.B.: Modificare le dosi in proporzione alle proprie reali necessità.

Le quantità sono espressi in grammi

I dosaggi con lievito di birra disidratato (secco) anziché con lievito di birra fresco sono:

	Dosaggio 1	Dosaggio 2	Dosaggio 3
Lievito di birra disidratato (secco)	5	8	15

**Preparazione:** Impastare il preparato con il lievito e l'acqua (meglio tiepida se la temperatura ambiente è al di sotto dei 24/25° C) per diversi minuti finché la pasta diventi bella elastica. Appallottolare e lasciare a riposare per 10-15 minuti a temperatura ambiente. Stendere la pasta (circa 1-2 cm) a forma di rettangolo (il lato lungo più del doppio del lato corto). A parte spianare del burro (leggermente ammorbidito) fino a farne un quadrato dello stesso spessore della pasta. Appoggiare il burro sull'impasto già steso e chiuderlo con i bordi poi stendere a circa 1 cm con il mattarello.

Dare una piega da 3 e stendere nuovamente ad uno spessore di 1 cm. Ancora, dare una piega da 4 e stendere come in precedenza. Lasciare l'impasto a riposare qualche minuto coperto con un telo di plastica e stendere allo spessore definitivo di 5-6 mm.

Tagliare dei triangoli allungati, arrotolarli e piegare gli estremi del croissant nella sua forma tipica. Mettere a lievitare sulla teglia rivestita con carta da forno (la punta del triangolo deve cadere sotto il croissant, schiacciateli anche un po' con la mano) e coprire con un telo di plastica. Il tempo di lievitazione dipende dalla temperatura di lievitazione e può variare da 2 ore (28/30° C) a 8/10 ore 20/22° C (per suggerimenti leggi i consigli sulla lievitazione nel nostro sito web). Come esempio vedi lo schema grafico nella pagina seguente.

Lucidare con uova e cuocere a circa 200 °C.

### VALORI NUTRIZIONALI MEDI per 100 g di prodotto

ENERGIA	1575 kJ (376 kcal)
GRASSI	7,4 g
di cui acidi grassi saturi	4,0 g
CARBOIDRATI	56,7 g
di cui zuccheri	8,6 g
FIBRE	3,8 g
PROTEINE	17,9 g
SALE	1,05 g

**Dolci&Pani**

info@dolciepani.it - www.dolciepani.it

Divisione dettaglio online della società ESKA S.n.c.

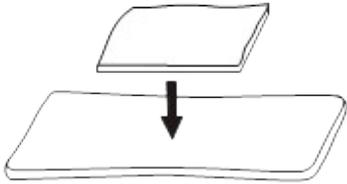
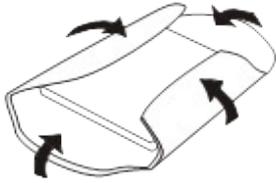
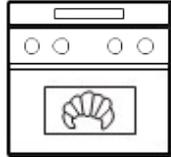
Specialisti in Pasticceria e Panificazione

via Degli Artigiani, 23/25/27 - 35042 ESTE (PD)

P. Iva/C.f. 01028690285 Tel. +39 0429 600288 - Fax +39 0429 601060

# Dolci&Pani

fatti con le tue mani

<p>Mettere il burro (spianato) sull'impasto (steso)</p> 		<p>Ricoprire con i bordi</p> 	
<p>Stendere con il mattarello</p> 		<p>Impasto 1 cm</p> 	
<p>Piega da 3</p> 			
<p>Girare verso e stendere</p> 		<p>Impasto 1 cm</p> 	
<p>Piega da 4</p> 			
<p>Girare verso e stendere</p> 		<p>Impasto finale 5-6 mm</p> 	
<p>Tagliare</p> 	<p>Arrotolare</p> 	<p>Lievitare</p> 	<p>Infornare</p> 

**Dolci&Pani**

info@dolciepani.it - www.dolciepani.it  
 Divisione dettaglio online della società ESKA S.n.c.  
 Specialisti in Pasticceria e Panificazione  
 via Degli Artigiani, 23/25/27 - 35042 ESTE (PD)

P. Iva/C.f. 01028690285 Tel. +39 0429 600288 - Fax +39 0429 601060