

Dolci&Pani

fatti con le tue mani

Preparato per Pane alla Soia

È una miscela a base di soia spezzata non geneticamente modificata, per chi vuole una alimentazione proteica e facilmente digeribile. Si distingue per l'elevata contenuto soia, ben visibile e dal gusto delicato e per la buona tenuta in lievitazione e la sua resa. La soia è una leguminosa consigliata nel combattere l'eccesso di colesterolo nel sangue.

Ingredienti: Farina di **grano tenero** tipo "0", **soia** (farina, granello e semola) (20%), sale integrale, lievito madre di **grano tenero**, farina di **cereali maltati (frumento)**, enzimi (alfa amilasi, xylanasi), agente di trattamento della farina (acido L-ascorbico).

Il prodotto può contenere tracce di **uova, frutta a guscio e semi di sesamo** utilizzati nello stesso impianto di produzione.

Ricetta:	Dosaggio 1	Dosaggio 2	Dosaggio 3
Preparato	250	500	1000
Lievito di birra fresco	8	15	30
Acqua	125-140	250-275	500-550

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

Le quantità sono espressi in grammi

Se anziché utilizzare il lievito di birra fresco si utilizza il lievito di birra disidratato (secco), i dosaggi sono invece:

	Dosaggio 1	Dosaggio 2	Dosaggio 3
Lievito di birra disidratato (secco)	3	5	10

Preparazione: Impastare insieme gli ingredienti per alcuni minuti (aggiustare l'acqua secondo necessità). Tagliare l'impasto in più pezzi e arrotondare. Lasciare i pezzi arrotondati a riposare per 10 minuti sulla tavola, coperti con teli di plastica. Formare delle pagnottine, quindi mettere a lievitare sulla teglia infarinata e coprire con un telo di plastica (orientativamente per 70-90 minuti a temperatura ambiente (21-22° C). Infornare con vapore (vaporizzare con un normale spruzzatore un po' d'acqua sui pani appena infornati). Temperatura di cottura 210-220° C.

P.S. Il pane può essere preparato anche con la macchina del pane, digitando il programma per pane ai cereali, oppure per pane integrale, ed impostando una doratura leggera.

CONTENUTO NUTRIZIONALE MEDIO (per g 100 di prodotto)	
Energia	1477 Kj 362 Kcal
Grassi	5,2 g
- di cui acidi grassi saturi	0,9 g
Carboidrati	55,3 g
- di cui zuccheri	2,0 g
Fibre	4,9 g
Proteine	20,0 g
Sale	2,09 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