

Dolci&Pani

fatti con le tue mani

Preparato in polvere per

Pane Rosso

con Riso Rosso Integrale e Rapa Rossa

Il **Pane Rosso** è un semilavorato bilanciato con attenzione ai particolari per ottenere un pane ricco di fibre integrali e sali minerali, che si distingue per una buona morbidezza ed un sapore piacevole dolce-salato, leggermente aromatico.

Il **Pane Rosso** ha una caratteristica colorazione rossa della crosta e della mollica data dalla presenza di riso rosso e rapa rossa, fonti di antiossidanti che combattono i radicali liberi e depurano l'organismo. Con i semi di chia, i fiocchi di avena e l'olio di girasole si ottiene poi un pieno di omega 3 e acidi grassi insaturi per la salute del cuore. E' consigliato per chi desidera una alimentazione corretta, con ingredienti selezionati dalle proprietà nutrizionali che migliorano il benessere del sistema cardiovascolare, contribuendo alla riduzione del colesterolo nel sangue.

Ingredienti: Farina di **grano tenero** tipo "1", farina di riso rosso integrale (10%), semi di chia, barbabietola (rapa) rossa in polvere (5%), fiocchi di **avena**, lievito madre di farina di **frumento**, fibra vegetale di inulina, **latte** scremato polvere, sale iodato "protetto", enzimi (alfa amilasi, xylanasi), agente di trattamento della farina (acido ascorbico).

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

Ricetta:	Dosaggio 1	Dosaggio 2	Dosaggio 3
Preparato	250	500	1000
Lievito di Birra	7,5	15	30
Olio di Girasole	12,5	25	50
Acqua	125	250	500

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

	Dosaggio 1	Dosaggio 2	Dosaggio 3
Lievito di birra disidratato (secco)	4	7	14

Preparazione: Impastare insieme gli ingredienti (aggiustare l'acqua secondo necessità). Spezzare l'impasto in pezzi da g 50 circa e formare dei panini rotondi. Mettere a lievitare sulla teglia infarinata (oppure ricoperta con carta da forno) e coprire con un telo di plastica (orientativamente per 60/70 minuti circa ad una temperatura di 27-28° C, il doppio di tempo per temperatura ambiente). Volendo si può praticare una incisione sulla superficie dei panini con una taglierina ben affilata. Infornare con vapore (vaporizzare con un normale spruzzatore molta acqua sui panini appena infornati). Temperatura di cottura di 220° C (per 10-15 minuti).

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

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.



VALORI NUTRIZIONALI MEDI (per g 100 di prodotto)	
Energia	Kj 1409 Kcal 383
Grassi	3,7 g
- di cui acidi grassi saturi	0,4 g
Carboidrati	57,8 g
- di cui zuccheri	4,6 g
Fibre	10,1 g
Proteine	13,3 g
Sale	1,18 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

--	--

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