

Dolci&Pani

fatti con le tue mani

Preparato per

Pane di Segale

E' un preparato che rivaluta la segale, un cereale generalmente diffuso nel Nord Europa, per i benefici dietetici ed il profilo nutrizionale sempre più apprezzati ai fini di una sana e corretta alimentazione ricca di fibre, vitamine e sali minerali.

Ottima combinazione di salute e sapore, è composto con materie prime selezionate per preparare un pane dal gusto caratteristico profumato e leggermente acidulo, molto digeribile, di lunga conservazione, con alveolatura compatta.

Semplice da lavorare, trattiene molto bene l'umidità grazie ai "pentosani", zuccheri a catena lunga, che tendono a legarsi facilmente con l'acqua.

INGREDIENTI: Segale (farina di segale tipo "1", farina integrale di segale, malto di segale, lievito madre di farina di segale) (60%), farina di grano tenero tipo "0", lievito madre di farina di frumento, sale iodato, agente di trattamento della farina (acido L-ascorbico), enzimi (alfa amilasi, xylanasi).

CONTAMINAZIONE CROCIATA: Il prodotto può contenere tracce di latte, uova, soia, 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 | 7,5 | 15 | 30 |
| Acqua | 165 | 325 | 650 |

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) | 3 | 5 | 10 |

Preparazione: Impastare insieme gli ingredienti per alcuni minuti (fino ad ottenere un impasto liscio, omogeneo e compatto, che all'inizio è un po' viscoso e colloso).

Lasciare a riposare per circa 10 minuti in una terrina ricoperta da un telo. Spezzare e formare a piacimento. Lasciare quindi a lievitare sulla teglia con carta da forno per 60-75 minuti almeno, a temperatura ambiente, coprendo i pani formati con un telo di plastica o un canovaccio leggermente inumidito. Infornare a 220°C con vapore iniziale (vaporizzare con un normale spruzzatore un po' d'acqua sui pani al momento di infornare).

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 100 g di prodotto

| | |
|----------------------------|--------------------|
| ENERGIA | 1383 kJ (334 kcal) |
| GRASSI | 1,1 g |
| di cui acidi grassi saturi | 0,1 g |
| CARBOIDRATI | 65,7 g |
| di cui zuccheri | 0,5 g |
| FIBRE | 6,4 g |
| PROTEINE | 10,3 g |
| SALE | 1,90 g |

Dolci&Pani

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