

# Fagottino Proteico\*

con spinaci e ricotta

**DOSE DORO**

## INGREDIENTI

<b>CROISSANT PROTEICO</b>	<b>1000 g</b>
Acqua (fredda)	320 g
Uova	250 g
Lievito di birra	40 g
Margarina per laminazione	400 g

## RIPIENO:

Spinaci cotti e conditi	1000 g
Ricotta	300 g
Pangrattato	100 g



*\*Nella ricetta indicata la dichiarazione "fonte di proteine" si riferisce al croissant e non include le farciture, che sono puramente esemplificative.*

Amalgamare in un cutter a bassa velocità tutti gli ingredienti e mettere all'interno di una sàc-a-poche fino all'utilizzo.

## PREPARAZIONE

Impastare tutti gli ingredienti fino ad ottenere un impasto liscio ed asciutto. Far riposare l'impasto per almeno 15 minuti in frigorifero coperto da un telo di plastica. Stendere l'impasto, incorporare la margarina da laminazione e dare 2 pieghe a 3 consecutive, un riposo di 15 minuti in frigorifero coprendo con un telo di plastica e un'altra piega a 3 con un riposo di 15 minuti in frigorifero coprendo con un telo di plastica. Laminare l'impasto ad uno spessore di 10 mm. Seguendo la parte della laminazione, tagliare l'impasto verticalmente in strisce di 5 mm di base fino a circa metà impasto. Spennellare leggermente con acqua la parte di pastone rimanente e adagiarvi sopra le strisce precedentemente tagliate dalla parte della sfogliatura, una vicina all'altra, posizionandole parallelamente al lato lungo fino a coprire l'impasto sottostante. Lasciare riposare in frigorifero per 15 minuti coperto da un telo di plastica, poi laminare ad uno spessore di 3,8 mm e raggiungere una larghezza dell'impasto di 40 cm circa. Posizionare sul tavolo la pasta con la sfogliatura rigata verso il basso, tagliare a metà in senso verticale e ruotare di 90°. Tagliare dei rettangoli di 20 cm di altezza e 7 cm di base. Dressare circa 100 g di ripieno agli spinaci e ricotta al centro del rettangolo, chiudere sormontando i lembi e porre in teglia con la sfogliatura verso l'alto. Porre in cella di lievitazione alla temperatura di 29°/30°C con U.R. del 75% per 70 - 80 minuti. Prima della cottura spennellare, preferibilmente con lucidante proteico 100% vegetale CSM.

**Forno ventilato:** 170°C per 17 minuti con valvola chiusa e 3 minuti con valvola aperta.

**Forno statico:** 200-210°C per 17 minuti con valvola chiusa e 3 minuti con valvola aperta.

