

Tra-me e uno snack Proteico*

con insalatina croccante, speck e burratina

DOSE DORO

INGREDIENTI

CROISSANT PROTEIO	1000 g
Acqua (fredda)	320 g
Uova	250 g
Lievito di birra	40 g
Margarina per laminazione	400 g

PER IL RIPIENO:

Insalatina fresca
Rucola
Mandorle tostate
Scorzetta di lime
Sale
Pepe
In una ciotola condire l'insalatina
Speck croccante
Burratina



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

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 ed incorporare la margarina da laminazione, 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.
Seguendo la parte della laminazione tagliare delle strisce di base 5 mm e di altezza tutto il pastone, spennellare con acqua la parte di pastone rimanente ed adagiare le strisce, precedentemente tagliate, una vicina all'altra. Lasciare riposare in frigorifero per 15 minuti coperto da un telo di plastica, poi laminare ad uno spessore di 4 mm. Una volta steso, ritagliare dei quadrati di 15x15 cm. 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.

Una volta cotto e raffreddato, tagliare a metà, farcire con delle fette di speck e della burrata a pezzettini, adagiare l'insalatina e chiudere con il coperchio. Tagliare in obliquo e servire.

