



GRAINSTAR

Oltre la tradizione, per un'alimentazione più sana e consapevole!

Miscela per la produzione di **prodotti da forno ai fiocchi d'avena**
con semi ed altri fiocchi di cereali





Una miscela unica, per produrre uno snack gustoso e sano: **il gusto aromatico dell'avena integrale arricchita da semi e fiocchi di cereali con una delicata nota di miele**: questo è GRAINSTAR, un prodotto incomparabile!

Può essere consumato in **momenti diversi della giornata**: un'energica colazione, un ricco brunch, una sfiziosa merenda...!

Tal quale, oppure arricchito da farciture dolci (burro e marmellata, crema alle nocciole) o salata (formaggio cremoso e salmone, caprino e pomodorini..)

- Ricchissimo di semi (girasole, zucca, lino, sesamo, Psillio, Chia...)
- Senza farine
- Senza lievito
- Ricco di fibre
- Fonte di proteine
- Meno carboidrati
- Fonte di Omega-3

RICETTA BASE

Ricetta base per **TEGLIA DOLCI AL TAGLIO 60 x 20 cm** :

GRAINSTAR 3.000 g
 Sale 65 g
 Miele 200 g
 Olio di semi 200 g
 Acqua 30°C 2.250 g

Modalità d'impiego: impastare gli ingredienti in planetaria con spatola a bassa velocità per 15 minuti – temperatura impasto 30°C. In teglia con base foderata con carta da forno, depositare direttamente il totale dell'impasto e livellarlo bene (aiutarsi con mani oleate). Lasciar riposare 90 minuti a temperatura ambiente.

Cottura: 200°C per 40 minuti con valvola chiusa, quindi scendere a 180°C per altri 80 minuti con valvola aperta.

Temperatura di riferimento (cuore): 98-100°C

Quando completamente freddo, porzionare in 7 rettangoli da 8 x 20 cm (750 g circa al pezzo)

CONSERVAZIONE

non confezionato: 1 settimana a temperatura ambiente; 2 settimane in frigorifero in sacchetto microforato (o tipo Panettone);

6 mesi in freezer. Altre opzioni: in ATM o pastorizzato in sacchetti appositi (> 72°C al cuore del prodotto)

VALORI NUTRIZIONALI

Informazioni nutrizionali per 100 g (valori medi) di prodotto finito

Valore energetico	340 Kcal – 1423 Kj
Totale grassi	21,8 g
di cui acidi grassi saturi	2,6 g
Totale carboidrati	19,4 g
di cui zuccheri	5,3 g
Proteine	12,1 g
Fibre	9,4 g
Sale	1,39 g

