

SPORTY
FITNESS & CO.



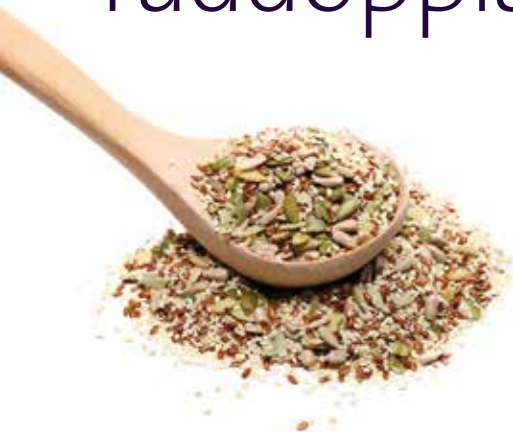
IL PIACERE DI ESSERE IN FORMA



Zeelandia

Sporty:

il benessere
raddoppia



Sporty è la linea di prodotti dedicati agli sportivi, agli amanti del fitness e a chi desidera restare in forma, seguendo diete a basso contenuto di carboidrati, senza rinunciare al piacere.

Sporty Bread: il mix 100% integrale con alto contenuto di proteine e meno carboidrati.

Sporty Crock: una miscela ricca di semi per la preparazione di cracker croccanti e sfiziosi.



- + PROTEINE:** pochi carboidrati, tanta energia
- + FIBRE:** regolarità, leggerezza, senso di sazietà
- + SEMI:** una potenza della natura

*Rispetto alla media dei prodotti della stessa categoria (fonte Banca Dati Composizione degli alimenti INRAN).

Sporty Bread



Il mix **100% integrale**, composto da farina integrale e fibra d'avena, ricco di **proteine vegetali**, contiene inoltre semi di chia, che sono una fonte vegetale ad alto contenuto di **omega 3**.



Ingredienti

Sporty	10000 g
Acqua	8300 g
Lievito di birra	250 g

Decorazione

Semix	q.b.
-------	------

Modalità d'impiego

- Impastare tutti gli ingredienti con impastatrice a spirale per 5 minuti in 1^ velocità e 8 minuti in 2^ velocità (temperatura dell'impasto 26°C).
- Far riposare la pasta per 10 minuti, spezzarla al peso di 480 g circa, arrotondare e far riposare per 20 minuti.
- Formare dei filoni, inumidire la superficie e decorare con Semix.
- Porre l'impasto negli stampi per bauletto precedentemente unti con Carlex Spray.
- Far lievitare per 70 minuti (30°C - 80% U.R.).
- Cuocere a 210°C per 40 minuti (in forno rotore a 180°C per 35 minuti), gli ultimi 5 minuti aprire i tiraggi.

- Al termine della cottura smodellare subito i pani dallo stampo per evitare che si formi umidità.
- Lasciare raffreddare almeno 3 ore a temperatura ambiente e in un luogo pulito (per evitare la formazione di muffe).
- Insacchettare nell'apposito sacchetto personalizzato.

Sporty Crock



Il mix composto da **semi di girasole, lino e sesamo**, senza lievito, è il preparato specifico per la realizzazione di croccanti snack dolci e salati, per accompagnare pasti all'insegna della **leggerezza** e del benessere o per sfiziosi spuntini. Un mix ricco di tanti gustosi semi che regalano **energia** e sono importanti alleati nella **riduzione dell'appetito**.

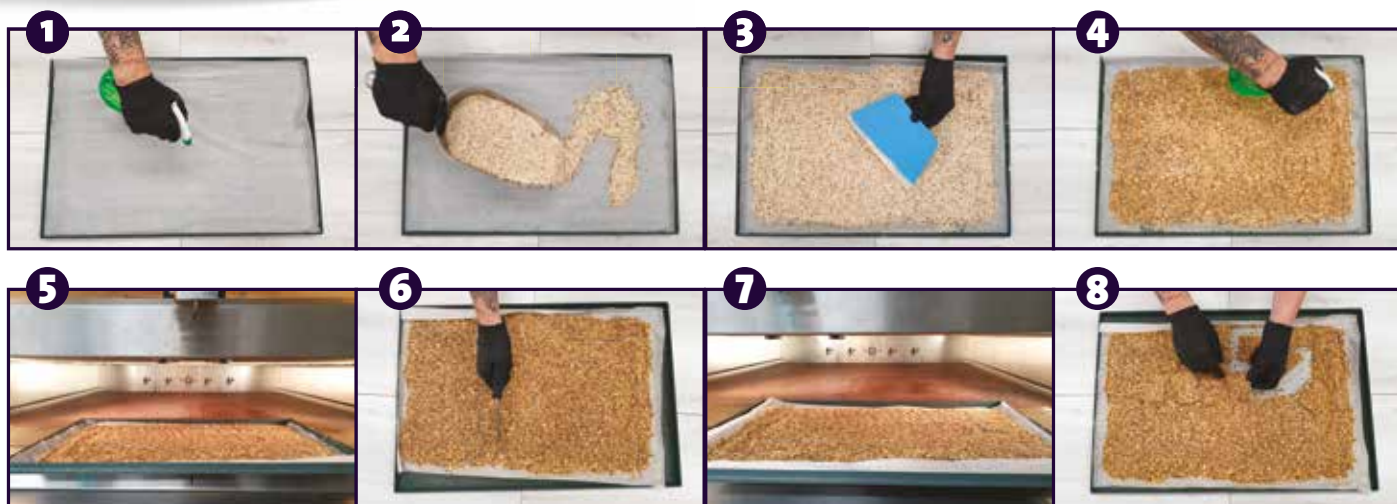


Ingredienti

Sporty Crock	700 g
Acqua	130 g

Modalità d'impiego

1. Foderare con carta da forno una teglia 60 x 40 cm e con uno spruzzino, inumidire con un leggero strato d'acqua (30 g).
- 2-3. Stendere 700 g di Sporty Crock con uno spessore di circa 4 mm, coprendo tutte le estremità della teglia.
4. Spruzzare la superficie con 100 g d'acqua.
5. Cuocere in forno a 170°C per 15 minuti.
6. Sfnare e con una rotella tagliare dei quadrati di pasta.
7. Riporre nuovamente la teglia in forno e lasciar asciugare il prodotto a 170°C per altri 15 minuti.
8. Dividere delicatamente i quadretti seguendo le linee di taglio.



Zeelandia S.p.A.

Via Vivaldi 2, 20002 Ossona (Milano)

Telefono: +39 02-9035691

E-Mail: info@zeelandia.it | zeelandia.it

09/24



Zeelandia