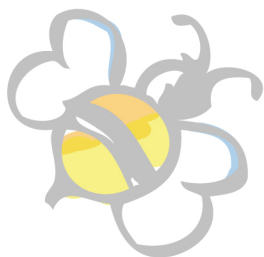




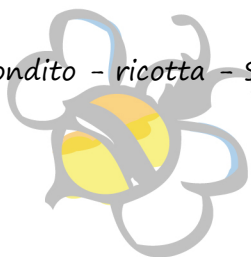
Pan'e arrescottu - [Visualizza sul sito di rosaria](#)



eCucinando.it



pane condito - ricotta - Sardegna - arrescottu - merenda



Questi panini costituiscono una salutare alternativa alle merendine industriali, possono essere farciti con nutella o marmellata, ma ottimi anche con prosciutto o salame. Non contengono colesterolo, hanno pochi zuccheri (manca lo zucchero aggiunto!) e sono una buona fonte di ottime proteine ad alto valore biologico, pertanto possono essere anche consumati per soddisfare la voglia di dolce di chi è a dieta. Conservati in una scatola di latta, si mantengono morbidi per più giorni

Dosi

500 grammi di rimacinato o di semola
500grammi di buona ricotta
un cucchiaino di sale
2 cucchiai di olio evo
mezza bustina di zafferano
10 grammi di lievito di birra
mezzo bicchiere (da acqua) di acqua tiepida in cui sciogliere il lievito

Procedimento

In una ciotola riunire gli ingredienti



Immagine presa dal sito ecucinando.it

ed amalgamarli bene. L'impasto deve essere morbido, altrimenti aggiungere acqua tiepida. La cremosità



della ricotta condiziona la necessità di acqua



Mettere a lievitare l'impasto usando le solite precauzioni e dopo 2 ore dividerlo in panini (oppure in focaccine) e lasciare ancora lievitare per una mezzoretta





Immagine presa dal sito ecucinando.it

Poi infornare per una ventina di minuti a 180 (primi 10 minuti), poi a 200 fino a quando non saranno dorati. Tenete presente che i tempi si riferiscono ad un forno ventilato



Immagine presa dal sito ecucinando.it



[vai al post originale - concorsi.](#)



eCucinando.it



eCucinando.it



eCucinando.it