



DailyBread

Pan di Segale

Pane alla segale, ricetta tradizionale, insieme di aromi e morbidezza, da gustare con ingredienti dolci o salati.

Ingredienti:

Ingredienti: pasta madre acida (farina di **segale** 15,5 % nel prodotto finito, acqua), farina di **grano** tenero tipo "0", farina di **segale** 21%, acqua, lievito, sale, correttori di acidità: acetati di sodio, farina d'**orzo** maltata, aroma naturale. Trattato con alcool etilico.

Può contenere tracce di semi di **sesamo**.

Dichiarazione nutrizionale per 100 g

Energia 890 kJ - 221 kcal, Grassi 1,2 g di cui acidi grassi saturi 0,2 g, Carboidrati 40 g di cui zuccheri 2,6 g, Fibre 6,6 g, Proteine 6,7 g, Sale 1,1 g

500 g

Una ricetta per... *Sandwich avocado, rucola e cavolo rosso*

Pan di Segale DailyBread

- 4 fette di Pan di Segale DailyBread
- 1 avocado maturo
- 1/2 limone
- 50/70 gr. di yogurt compatto greco
- 1 cucchiaino di olio extravergine di oliva
- sale e pepe q.b.
- mezzo cavolo rosso
- 100 gr. di rucola
- olio di oliva extravergine q.b.
- formaggio spalmabili 200 gr

Preparazione

Spremete il succo del mezzo limone, filtratelo e mettetelo nel robot da cucina, sbucciate l'avocado, mettetelo subito nel robot e azionatelo. Quando la polpa sarà ben frullata aggiungete l'olio e amalgamatelo alla salsa. Spegnete il robot, aggiungete lo yogurt bianco e frullate ancora brevemente. Insaporite la crema con sale e pepe e ponete in frigo in un recipiente coperto con pellicola trasparente. Tenete in frigo fino al momento di utilizzare la crema. Preriscaldate il forno a 170°. Tagliate il cavolo in quattro pezzi, eliminate la parte dura, quindi affettatelo a listarelle sottili e poi ancora a tocchetti più piccoli. Immergete il tutto in una grossa pentola di acqua bollente salata, portate a ebollizione, cuocete 5 minuti e scolate. Unite il formaggio spalmabile al cavolo fino ad ottenere un composto omogeneo. Tagliate le fette di Pan di Segale in modo tale da ottenere più triangoli di pane. Spalmate il composto di cavolo rosso e formaggio su 8 triangoli di Pan di Segale, aggiungete su ciascuna fetta la rucola e la crema di avocado e chiudete con un altro triangolo di Pan di Segale. Impilate due sandwich con l'aiuto di uno spiedino in legno.