



4 Stagioni

¡SIMPLEMENTE BUENO!

..... 4 Stagioni

4 Stagioni es un mix de panificación al 50%, ideal para la elaboración de todo tipo de panes, snacks y bollería. Su contenido en masa madre, garantiza frescura y sabor a los elaborados. El equilibrio de los nutrientes contenidos en el mix **4 Stagioni**, hace que este producto sea atractivo para aquellas personas que lleven un estilo de vida activa y saludable. Muy adecuado para toda la familia.

¡SIMPLEMENTE BUENO!



El mix 4 Stagioni contiene...

Semillas de girasol

Muy nutritivas. Se encuentran entre las semillas oleaginosas. Poseen un alto contenido en vitaminas (B1, B2, B6, A, D y E), en magnesio así como en fibra vegetal. Mejoran la función digestiva.

Semillas de sésamo

Importante fuente de proteínas y considerable reserva de energía. Ricas en calcio. Buena alternativa para las personas que no puedan tomar productos lácteos. Contienen otros nutrientes como el magnesio, zinc, fibra, fósforo y vitamina B1.



Sémola de trigo duro

Su ingesta aporta proteínas, minerales, fibra y antioxidantes. El conjunto de estos nutrientes, mejoran la digestión dando un sabor ligeramente dulce con un alto valor nutritivo.

Semillas de lino

Muy beneficiosas para el organismo. A pesar de su pequeño tamaño, contienen muchos nutrientes: minerales (fósforo, cobre, magnesio y manganeso), vitaminas (B1, B2, E, F), proteínas, lípidos y mucílagos (en particular, Omega 3 y Omega 6). Ayudan a regular el tránsito intestinal.

Receta base sin aceite

4 Stagioni **1000 g**

Harina media fuerza 1000 g

Agua 1300 g

Levadura fresca 60 g

Opcional: Decoración **Gb Mix 5 Semillas**

Proceso:

Amasar todos los ingredientes hasta conseguir una masa suave y homogénea. Reposo en bloque 15 min. Pesar, bolear. Reposo en bola 15 min. Formar piezas. Fermentar hasta un punto óptimo. Hornear con vapor. Se pueden rebozar piezas con **Gb Mix 5 semillas**.



Chusco

4 Stagioni **1000 g**

Harina media fuerza 1000 g

Agua 1100 g

Levadura fresca 60 g

Manteca de cerdo o 100 g

Aceite de oliva virgen

Reposo de las bolas 20 min.

Opcional: Decoración **Gb Mix 5 Semillas**

Proceso:

Amasar todos los ingredientes hasta conseguir una masa suave y homogénea. Cortar piezas de 300 ó 500 g. Bolear. Reposar entre 15 y 30 min. Formar chuscos. Fermentar hasta un punto óptimo. Practicar un corte o girar las piezas. Hornear con vapor a 210-220°C durante 40 min.



Croissant

4 Stagioni **1000 g**

Harina fuerte 1000 g

Agua 1100 g

Azúcar 140 g

Levadura fresca 100 g

Margarina 840 g

Opcional: Decoración **Gb Mix 5 Semillas**

Proceso:

Amasar hasta conseguir una masa homogénea. Añadir la margarina y realizar 3 pliegues sencillos en laminadora. Cortar triángulos del tamaño deseado. Formar los croissants. Pintar con huevo. Fermentar hasta un punto óptimo. Hornear.



Focaccia Mediterránea

4 Stagioni **1000 g**

Harina Fuerte 1000 g

Agua 1300 g

Aceite de oliva virgen 100 g

Levadura fresca 60 g

Tomate deshidratado 100 g

Opcional: Decoración topping de sal gruesa y comino.

Proceso:

Amasar todos los ingredientes hasta conseguir una masa suave y homogénea. Fermentar durante 60 min en cubeta impregnada con aceite de oliva virgen. Estirar a mano directamente sobre la mesa dejando un lámina de +/- 1 cm de grosor. Decorar con comino y sal gruesa al gusto. Hornear con vapor a 230-240°C durante aproximadamente 20 min.



Snacks

4 Stagioni	1000 g
Harina media fuerza	1000 g
Agua	1100 g
Levadura fresca	60 g
Aceite de oliva	140 g

Opcional: Decoración **Gb Mix 5 Semillas**

Proceso:
Amasar todos los ingredientes hasta conseguir una masa suave y homogénea. Fermentar durante 30 min en cubeta impregnada con aceite de oliva virgen. Laminar con rodillo. Decorar con **Gb Mix 5 Semillas** (opcional). Cortar en tiras del tamaño deseado y estirar con las manos. Colocar en bandeja. Fermentar durante 30 min. Hornear con vapor a 220-230°C durante aproximadamente 15 min.



Molde

4 Stagioni	1000 g
Harina media fuerza	1000 g
Agua	1000 g
Levadura fresca	60 g

Opcional: Decoración **Gb Mix 5 Semillas**

Proceso:
Amasar todos los ingredientes hasta conseguir una masa suave y homogénea. Cortar piezas de 450 g. Bolear. Reposar 15 min. Formar barrote. Poner en moldes previamente pintados con **Boeson Trennwax Aerosol**. Fermentar hasta un punto óptimo. Hornear con vapor a 210°C durante 40 min.



Masa hidratada 70%

4 Stagioni	1000 g
Harina fuerte	1000 g
Agua	1400 g
Levadura fresca	60 g

Opcional: Decoración **Gb Mix 5 Semillas**

Proceso:
Amasar todos los ingredientes hasta conseguir una masa suave y homogénea. Reposo bloque 45-60 min.

Opción 1
Cortar piezas de 350 g. Formar barras sin desgasificar. Fermentar 45 min. Enharinar y hornear con poco vapor.

Opción 2
Estirar el pastón sin desgasificar, generando una “manta” homogénea. Cortar chapatas de unos 300 g. Fermentar 45 min. Hornear con poco vapor a 220-230°C durante unos 20-35 min.



Pan hamburguesa

4 Stagioni	1000 g
Harina media fuerza	1000 g
Agua	1100 g
Azúcar	100 g
Levadura fresca	70 g
Aceite de girasol	140 g

Opcional: Decoración **Gb Mix 5 Semillas**

Proceso:
Mezclar todos los ingredientes hasta conseguir una masa suave y homogénea. Dejar reposar la masa 10 min. Cortar piezas según tamaño deseado. Bolear. Reposar 10 min y aplastar las bolas. Mojar la superficie y decorar con **Gb Mix 5 Semillas**. Fermentar hasta un punto óptimo. Hornear con vapor a 200°C durante aproximadamente 13 min.



4 Stagioni

¡SIMPLEMENTE BUENO!

Gb Plange 

Una compañía de **AB MAURI**