

# CECIPAN

## Ricettario





## CECIPAN

**Cecipan** è un **mix al 100%** per la produzione di snack e sostituti del pane con farina ed inclusioni di ceci, legumi preziosi con **basso indice glicemico** ed un elevato quantitativo di **fibre insolubili**.

- Contiene **farina di ceci, inclusioni di ceci e lievito naturale**.
- I legumi, tra cui i ceci, oltre ad essere un'importante **fonte di proteine e fibre**, favoriscono il senso di sazietà, migliorano la digestione, sono ricchi di antiossidanti, agevolano il transito intestinale e riducono l'assorbimento di colesterolo, zucchero e grassi.
- Perfetto per la preparazione di grissini, crackers, pizzette, focacce, ma anche muffin, frollini e croissant sia dolci che salati, dal colore dorato e dal gusto soave.
- È un prodotto italiano, **senza emulsionanti** e coloranti.
- Confezione: disponibile in **sacco da 10 kg**.



# GRISSINI



## Ingredienti

CECIPAN	1000 g
Acqua	circa 600 g
Olio extravergine d'oliva	50 g
Lievito MAESTRO® o GIST	30 g
Sale	20 g

## Procedimento

Impastare tutti gli ingredienti con 500 g di acqua; una volta formata la maglia glutinica, aggiungere poco per volta i restanti 100 g di acqua, fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo.

Formare un filone con poca forza, ungerlo in superficie con olio d'oliva e porlo su una superficie unta d'olio. Far lievitare per circa 30 minuti in cella di lievitazione a 30°C 80% U.R. Tagliare i grissini del peso desiderato, spolverare con semola di grano duro e stirarli a mano. Porre in teglia e far lievitare per 30 minuti circa.

Cuocere a 210°C per 12/13 minuti circa.

I grissini possono essere decorati a piacere con vari semi o farine.

# CRACKERS



## Ingredienti

CECIPAN	1000 g
Acqua	circa 600 g
Olio extravergine d'oliva	50 g
Lievito MAESTRO® o GIST	30 g
Sale	20 g

## Procedimento

Impastare tutti gli ingredienti con 500 g di acqua; una volta formata la maglia glutinica, aggiungere poco per volta i restanti 100 g di acqua, fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo.

Formare pezzature di 700 g (teglie 60x40), dare forma allungata e far riposare per 20/25 minuti. Stendere con sfogliatrice e porre in teglia, pennellare con olio, bucare con buca sfoglia e cospargere con sale. Porre in cella di lievitazione a 30°C per 30 minuti, quindi tagliare con rotella in piccoli rettangoli.

Cuocere a 210°C per 12/13 minuti circa.

# FOCACCINE



## Ingredienti

CECIPAN	1000 g
Acqua	circa 600 g
Olio extravergine d'oliva	50 g
Strutto	50 g
Lievito MAESTRO® o GIST	40 g
Sale	20 g

## Procedimento

Impastare tutti gli ingredienti con 500 g di acqua; una volta formata la maglia glutinica, aggiungere poco per volta i restanti 100 g di acqua, fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo.

Far riposare per 15 minuti coperto con un telo, formare come d'abitudine, bucare con le dita e condire a piacere con olio, acqua e sale.

Far lievitare per 60 minuti in cella a 30°C con l'80% U.R.

Cuocere a 210°C per 20 minuti circa.

# GIOPPINI

## Ingredienti

CECIPAN	1000 g
Acqua	circa 450 g
Strutto	45 g
Lievito MAESTRO® o GIST	30 g
Sale	20 g



## Procedimento

Impastare tutti gli ingredienti ottenendo un impasto grossolano; raffinare con cilindro, quindi formare della pezzatura desiderata con chifferatrice e porre i filoncini curvi sulle teglie.

Far lievitare in cella a 30°C con l'80% di U.R. per 30 minuti.

Cuocere a 210°C inizialmente a valvola aperta: quando i gioppini avranno sviluppato, chiudere la valvola. Tempo di cottura per pezzature da 90 g: 30 minuti.

# FILONE ALL'OLIO

## Ingredienti

CECIPAN	1000 g
Acqua	circa 550 g
Olio extravergine d'oliva	50 g
Lievito MAESTRO® o GIST	30 g
Sale	20 g



## Procedimento

Impastare tutti gli ingredienti fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo.

Far riposare per 15 minuti a temperatura ambiente coperto con un telo.

Spezzare pezzature da 350 g e formare con chifferatrice; far lievitare in cella a 30°C con l'80% U.R. per 30 minuti.

Incidere il filoncino e cuocere a 210°C con vapore per 30/35 minuti circa.

# PIZZETTE SFOGLIATE

## Ingredienti

CECIPAN	1000 g
Acqua	circa 550 g
Sale	10 g
Alba d'Oro platte (per sfogliatura)	700 g



## Procedimento

Impastare tutti gli ingredienti fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo.

Far riposare per 10 minuti coperto con un telo; sfogliare con Alba d'Oro dando una piega a 3 e una 4, dare un riposo di 5 minuti e ripetere le pieghe. Stendere dello spessore di circa 0,5 mm, bucare con bucasfoglia, formare dischetti con coppapasta e guarnire a piacere.

Far riposare la sfoglia a temperatura ambiente per 10 minuti.

Cuocere a 210°C per 12 minuti circa.

# FROLLA

## Ingredienti

CECIPAN	1000 g
Zucchero semolato	500 g
ORO Burro Tradizionale	500 g
Uova	200 g
Lievito chimico ALE	20 g
Sale	10 g
Aroma burro	4 g
Vanillina	4 g



## Procedimento

Impastare, in modo grossolano, tutti gli ingredienti in planetaria attrezzata con foglia.

Formare a mano un panetto e lasciar riposare in frigorifero avvolto in un telo di plastica per circa 30 minuti.

Stendere il pastello dello spessore desiderato, quindi formare con coppapasta della forma desiderata.

Cuocere a 195°C per 12 minuti circa.

# CROISSANT

## Ingredienti

CECIPAN	500 g
Farina W 380	500 g
Acqua	circa 350 g
Uova	150 g
Zucchero semolato	150 g
Lievito GIST Sicuro	40 g
Sale	10 g
VIVO Universo Biga	15 g
Alba d'Oro platte (per sfogliatura)	350 g



## Procedimento

Impastare tutti gli ingredienti, fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo.

Dare un riposo di 10 minuti coperto con un telo; sfogliare dando una piega a 3 e una a 4, quindi dare un riposo di 5 minuti.

Stendere il pastello definitivamente dello spessore di circa 0,5 cm, formare il croissant e far lievitare in cella a 30°C con l'80% di U.R. per 90 minuti.

Cuocere a 185°C per 25 minuti circa.

# MUFFIN

## Ingredienti

CECIPAN	500 g
Farina W 220	500 g
Uova	400 g
Margarina ORO	
Crema/Cake stanga	200 g
Olio di girasole	200 g
Latte scremato	200 g
Zucchero semolato	550 g
Lievito chimico ALE	30 g
Sale	10 g
Aroma burro	5 g
Vanillina	4 g



## Procedimento

Impastare tutti gli ingredienti in planetaria attrezzata con foglia per 5 minuti a velocità sostenuta.

Colare con sac à poche negli appositi pirottini.

Cuocere a 180°C a valvola aperta per 25 minuti circa.

I muffin possono essere arricchiti con gocce di cioccolato, marmellata o frutta.

## MIX PANE

Soluzioni innovative per la moderna  
panificazione artigianale

AB|MAURI

## SCOPRI L'INTERA GAMMA MIX PANE

### NATURA E SAPORE

Linea di mix caratterizzati dal contenuto di lievito naturale che conferisce sapore, profumo e maggiore conservazione nel tempo al prodotto finito.

### CEREALI E BENESSERE

Mix pane ricchi di profumo e gusto grazie al contenuto di cereali caratteristici, oggi offerti sul mercato in formulazioni ad "etichettatura pulita".

### GUSTOSI

Mix per pani speciali, versatili e originali; assicurano varietà di forma e gusto a pane e sostituti, come pane hamburger, pizza, cracker, pane arabo, pane alla zucca.

**AB|MAURI**

AB Mauri Italy S.p.A.  
Sede Legale:  
Via Milano, 42 - 27045 Casteggio (PV)  
Tel. 0383 893.1 - Fax 0383 893291

Sedi Operative:  
Via Milano, 42 - 27045 Casteggio (PV)  
Via S. Francesca Cabrini, 18 - 26853 Caselle Lurani (LO)

E-mail: [ordinibakery@abmauri.com](mailto:ordinibakery@abmauri.com)  
Numero Verde: 800-018873  
[www.abmauri.it](http://www.abmauri.it)