OLIO CUORE

Barrette di sesamo

Ingredienti

- 1 albume
- 80 g di farina integrale
- 2 cucchiai succo di arancia
- 2 pizzichi sale
- 80 g fiocchi cereali misti
- 15 g ribes rosso disidratato e tritato
- 70 g zucchero di canna
- 1 puntina di vanillina
- 3 di lievito
- 80 g fiocchi cereali misti
- 40 g sesamo in semi
- 60 g di Olio Cuore

- **Portata: Dolci**
- **Tempo: 20''**
- **Persone: 4**
- **Calorie: 111.60 Kcal**
- **Grassi: 6.1 g**

Preparazione

- In una ciotola versare farina integrale, zucchero di canna, sale, lievito, vanillina, fiocchi di cereali macinati fini e ribes.

- Unire la metà del sesamo in semi.

- Aggiungere l’Olio Cuore e cominciare a intridere creando grosse briciole; incorporare l’albume e finire di impastare versando il succo di arancia.

- Impastare brevemente, versare il composto su carta da forno e ricoprire con un altro foglio di carta da forno.

- Con il mattarello stendere l’impasto in un rettangolo allo spessore di 4-5 mm circa e porre in frigo per 40 min.

- Dividere il composto in barrette rettangolari.

- Cospargere con il sesamo in semi rimasto e infornare a 180° per 16 min.

- Irrorare la preparazione con l’olio rimasto e decorare i piatti con scorzetta di limone e spicchi di pomodorino.

La ricetta è stata preparata con:

Olio di Mais

Sale Iposodico