

## GIRELLA ALLA NOCCIOLA

**Per la crema:** Latte, amido di mais, nocciole tritate, tuorli, zucchero di canna

Scaldare il latte, mescolate i tuorli, zucchero amido di mais e nocciole. Quando il latte sobbolle versare il composto nel latte e lasciar cuocere fino a che non si addensa. Coprire e far raffreddare.

**Per il bisquit:** Uova, zucchero di canna, fecola di patate, lievito in polvere



### Procedimento

Montare le uova con lo zucchero e poi aggiungere la fecola e il lievito setacciati. Cuocere a 170 °C per 12 minuti. Far raffreddare coperto con un'altra teglia.

Quando il bisquit e la crema sono fredde spalmare la crema sul bisquit e arrotolare come una girella. Tagliare razioni di 60 g circa e passarle nella granella di nocciole.



### ETICHETTA

<b>Ingredienti:</b> Uova (da agricoltura biologica), zucchero di canna, nocciole Italiane del Piemonte IGP, fecola di patate, amido di mais, lievito,.		
<b>Contiene allergeni:</b> nocciola e uova		
Informazioni nutrizionali	per 100 g di prodotto	per porzione (70 g)
kJoul	1761	1233
kcal	420	294
Proteine	13	9,1
Animali	9,7	6,8
Vegetali	3,2	2,3
Lipidi	23,0	16,1
Saturi	4,2	3,0
Monoinsaturi	10,5	7,4
Polinsaturi	2,4	1,7
Carboidrati	42,7	29,9
Semplici	30,1	21,1
Complessi	11,4	8,0
Fibra	1,7	1,2
Indice di Aterogenicità (AI)	0,29	0,29
Indice di Trombogenicità (TI)	0,65	0,65
Indice di Qualità Lipidica (CSI)	23,2	16,28
Peso netto: g 70		
DA CONSUMARSI PREFERIBILMENTE ENTRO: gg/mm (1 mese dalla data di produzione) Conservare in luogo fresco e asciutto, ad una temperatura non superiore di 25°C.		
 		
La presente etichetta è conforme al Reg. CE 1169/2011		

Di seguito è riportata la Composizione bromatologica della ricetta i dati si riferiscono all' impasto che occorre per preparare 20 snack.

Campo	u.m.	Totale
Calorie	kcal	5892,49
kJoule	kJ	24665,97
Protidi	g	182,65
Glucidi	g	599,83
Lipidi	g	323,61
Protidi animali	g	136,50
Protidi vegetali	g	46,15
Saturi	g	61,79
Insaturi	g	34,28
Monoinsaturi	g	148,22
Glucidi semplici	g	422,48
Glucidi complessi	g	161,22
Colesterolo	mg	5267,50
Tiamina	mg	3,18
Riboflavina	mg	4,64
Niacina	mg	11,73
Acido pantotenico	mg	11,39
Piridossina	mg	3,81
Acido folico	mcg	1038,50
Cianocobalamina	mcg	22,75
Acido ascorbico	mg	24,45
Biotina	mcg	374,05
Retinolo	mcg	3005,00
Calciferolo	mcg	21,20
Tocoferolo	mg	58,72
Menadione	mcg	658,50
Sodio	mg	1294,90
Potassio	mg	4394,50
Ferro	mg	47,77
Calcio	mg	2395,45
Fosforo	mg	4620,80
Rame	mg	5,47
Magnesio	mg	747,85
Manganese	mg	17,38
Zinco	mg	21,44
Selenio	mcg	79,20
Cromo	mcg	234,00
Nichel	mg	480,00
Iodio	mcg	115,72
Cloro	mg	2390,00
Fluoro	mg	0,85
Calcio/fosforo	mg	16,56
Acqua	g	1464,31
Acido fitico	mg	2,94
Acido citrico	mg	2100,00
Acido ossalico	mg	506,20
Fibra alimentare	g	25,34

<b>Campo</b>	<b>u.m.</b>	<b>Totale</b>
<b>Glucosio</b>	<b>g</b>	<b>2,22</b>
<b>Saccarosio</b>	<b>g</b>	<b>338,45</b>
<b>Lisina</b>	<b>mg</b>	<b>11550,00</b>
<b>Istidina</b>	<b>mg</b>	<b>4249,15</b>
<b>Arginina</b>	<b>mg</b>	<b>13949,05</b>
<b>Acido aspartico</b>	<b>mg</b>	<b>17498,00</b>
<b>Treonina</b>	<b>mg</b>	<b>8443,75</b>
<b>Serina</b>	<b>mg</b>	<b>11001,00</b>
<b>Acido glutamico</b>	<b>mg</b>	<b>29400,50</b>
<b>Prolina</b>	<b>mg</b>	<b>9441,50</b>
<b>Glicina</b>	<b>mg</b>	<b>5673,00</b>
<b>Alanina</b>	<b>mg</b>	<b>8717,00</b>
<b>Cistina</b>	<b>mg</b>	<b>3543,75</b>
<b>Valina</b>	<b>mg</b>	<b>10749,55</b>
<b>Metionina</b>	<b>mg</b>	<b>4834,10</b>
<b>Isoleucina</b>	<b>mg</b>	<b>9345,70</b>
<b>Leucina</b>	<b>mg</b>	<b>15096,40</b>
<b>Tirosina</b>	<b>mg</b>	<b>7142,30</b>
<b>Fenilalanina</b>	<b>mg</b>	<b>8577,20</b>
<b>Triptofano</b>	<b>mg</b>	<b>2515,60</b>
<b>C4 - C10</b>	<b>g</b>	<b>0,10</b>
<b>Laurico</b>	<b>g</b>	<b>0,50</b>
<b>Miristico</b>	<b>g</b>	<b>4,27</b>
<b>Palmitico</b>	<b>g</b>	<b>36,30</b>
<b>Stearico</b>	<b>g</b>	<b>20,12</b>
<b>Arachidico</b>	<b>g</b>	<b>0,27</b>
<b>Palmitoleico</b>	<b>g</b>	<b>3,59</b>
<b>Oleico</b>	<b>g</b>	<b>150,50</b>
<b>Eicosaenoico</b>	<b>g</b>	<b>0,09</b>
<b>Erucico</b>	<b>g</b>	<b>0,00</b>
<b>Linoleico</b>	<b>g</b>	<b>30,65</b>
<b>Linolenico</b>	<b>g</b>	<b>1,10</b>
<b>Arachidonico</b>	<b>g</b>	<b>2,50</b>
<b>Eicosapentaenoico</b>	<b>g</b>	<b>0,00</b>
<b>Docosenoico</b>	<b>g</b>	<b>0,45</b>
<b>AI</b>		<b>0,29</b>
<b>TI</b>		<b>0,65</b>
<b>PRAL</b>		<b>118,67</b>
<b>CSI</b>		<b>325,78</b>