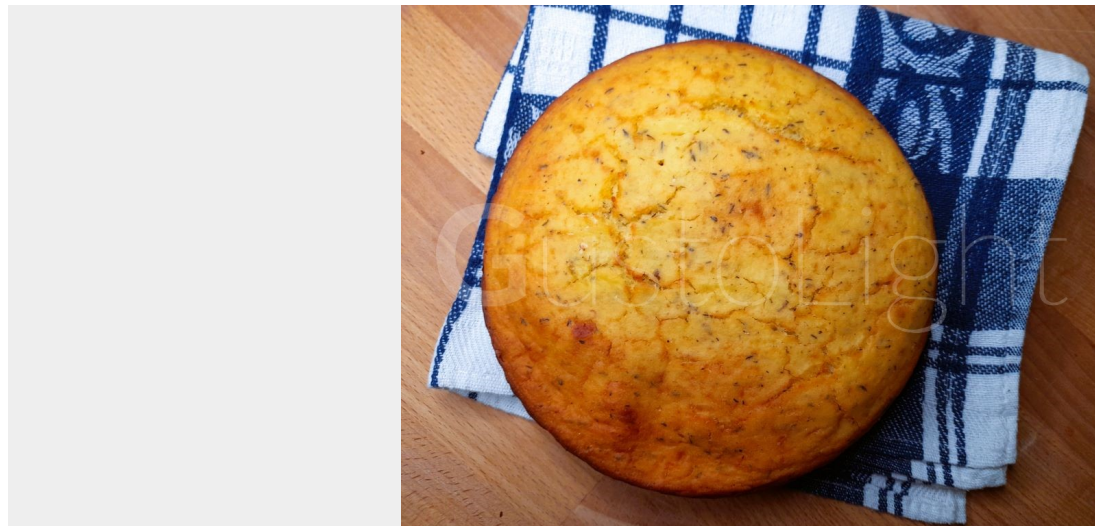




PAN DI SPAGNA SALATO LIGHT

Posted on 6 Marzo 2024 by B.B



Note

DOSI PER 8 TRAMEZZINI O 16 TARTINE TRIANGOLARI

Ingredienti

RICETTA

- 1 Uovo
- Gr 150 Farina 00
- Gr 150 latte scremato
- 1/2 Bustina di lievito dolci
- 1 Cucchiaino di Parmigiano o Grana
- 1 cucchiaino di Miele
- 1/2 cucchiaino di Sale
- Qb Pepe nero macinato
- Qb Rosmarino fresco tritato
- Qb Timo fresco
- Qb Noce Moscata

Cosa mi serve

TORTIERA DA 18 cm max 20 cm



Procedimento

PAN DI SPAGNA SALATO

- In una ciotola mettiamo l'uovo con miele e sale e sbattiamo con fruste elettriche
- Aggiungiamo il Formaggio grattugiato e continuiamo a sbattere con le fruste
- Aggiungiamo il latte e sbattiamo ancora un po
- Ora aggiungiamo poco alla volta farina e lievito setacciati
- Mescoliamo con una marisa delicatamente dall'alto in basso
- Concludiamo unendo all'impasto le spezie Qb e mescoliamo
- Preriscaldiamo il forno a 180°
- Versiamo l'impasto in una tortiera foderata con carta forno
- Cuociamo in forno 180° per 20 – 25 minuti circa
- A fine cottura lasciamo il forno con sportello aperto per 2 minuti
- Facciamo raffreddare fuori dal forno per almeno 2 ore
- Una volta freddo possiamo sformare e tagliare
- Farcire a piacere con salse light formaggi magri e verdure oppure salumi a piacere
- Se preferite dopo aver tagliato in due il pan di spagna possiamo ricavare 6 – 8 triangoli da ogni cerchio che condiremo come tartine in modi differenti



PAN DI SPAGNA SALATO LIGHT

Il Pan di Spagna salato Light è la rivisitazione in versione rustica di un grande classico della pasticceria il Pan di Spagna dolce.

Una base immancabile per confezionare torte e dolci tipici della nostra tradizione dolciaria.

Passando dal dolce al salato troviamo appunto la versione del pan di Spagna salato, molto utilizzato in gastronomia per la preparazione di tramezzini e tartine, perfette per aperitivi e brunch.

Questa variante rustica ha la stessa consistenza soffice e leggera della versione dolce ma viene arricchita con ingredienti salati e aromi come erbe fresche, formaggi o spezie.

ORIGINI DELLA RICETTA

La sua origine è difficile da tracciare in modo preciso. Questa interpretazione salata del pan di Spagna potrebbe essere stata ispirata dai crescenti trend della cucina fusion e della creatività gastronomica che spazia nelle cucine di tutta Italia.

Le origini del pan di Spagna si perdono nella notte dei tempi. La versione dolce, ormai diffusa in tutto il mondo, ha una storia consolidata che affonda le sue radici nel Rinascimento italiano.

La sua controparte salata, invece, ha una genesi più recente e incerta. Non esiste una data precisa o un inventore univoco a cui attribuirne la creazione. Probabilmente, la sua nascita è avvenuta gradualmente, come risultato di sperimentazioni culinarie e rivisitazioni di ricette classiche.

Il Pan di Spagna salato, nasce come dolce soffice e leggero, si è trasformato in una base versatile per creazioni salate ricche di gusto e fantasia.

UTILIZZI

Il pan di Spagna salato si distingue per la sua consistenza soffice e spugnosa, che lo rende ideale per essere farcito con una vasta gamma di ingredienti come salumi, formaggi, verdure, pesce e salse di varie.

LA MIA RICETTA LIGHT

Contiene pochissime uova, solo una in realtà e neppure un goccio di olio. Spezie e Parmigiano o Grana, donano alla preparazione la sapidità necessaria.

Leggi anche : [Pan di Spagna Light senza zucchero](#)
[_Mimosa salata Light](#)