



Pretzel

Ingredienti

- Base per Pizza Rettangolare q.b.
- 1 l di Acqua
- 60 g di Bicarbonato di sodio
- 1 Tuorli d'uovo
- Sale grosso q.b.

Preparazione

1. Srotolate la base per pizza. Ritagliate cinque strisce con una rotella e poi lavoratele ognuna creando cinque salsicciotti di pasta che annoderete con la tipica forma del pretzel. Mettete a bollire 60 g di bicarbonato in 1 litro di acqua e immergetevi i nodi per una ventina di secondi ciascuno. Trasferiteli su una teglia coperta con carta da forno e spennellateli con un tuorlo sbattuto. Completate con il sale grosso e infornate per 12 minuti a 200°.

Informazioni nutrizionali

carboidrati

Energia

grassi

Fibra

Proteine

Grassi saturi

Sodio

zuccheri

🕒 22

👤 4 4 persone