



mel-compagniet

100% Fuldkornsboller



Recept

10,000 g Primitiva integrale
fuldkornsmel
1,000 g Wheatie 1500 TTT
0,600 g Gær
0,800 g Farin
0,800 g Røremargarine
0,400 g Tørsur No 5
0,220 g Salt
0,150 g Pol fresh
8,500 g Vand (15 - 18°C)

Fremgangsmåde

Dejtemp.: 24 -. 26 °C

Æltetid: 10 min L 10 min. H, til dejen er skær.

Liggetid: 20 min. afvejes

Vægt: 2000 g ligger yderligere 20 min.

Virkes runde, stryges med vand og vendes i en blanding af sesam og chiafrø, efter 5 – 10 min. trykkes bollerne med en plade.

Rasketid: 50 – 60 min.

Bagetid: 12 min. ved 230 °C

Bollerne er velegnet som mellemmåltid og skoleboller, til alle som elsker fuldkorn. Kan med fordel pakkes i poser.

