



mel-compagniet

100% Primitiva fuldkornsstykker



Recept

10,000 g Primitiva fuldkorn
0,500 g Wheatie 1500 TTT
0,500 g Ciafrø
0,500 g Gær
0,650 g Ny Baguette Ireks
0,300 g Fl.Hvedesur Ireks
7,500 g Vand

Næringsindhold pr 100 g færdigbagt brød:

Energi	950 KJ/225 Kcal
Fedt	2,4 g
Heraf mættet	0,5 g
Kulhydrat	36,0 g
Heraf sukkerarter	2,0 g
Kostfibre	6,7 g
Protein	11,0 g
Salt	1,2 g

Tørstof: 87% fuldkorn
Quid: 60% fuldkorn

Fremgangsmåde

Dejtemp.: 26 - 27°C

Æltetid: 10 min L – 10 min H
til dejen slipper kedlen,
lav evt. en glutenstræk.

Liggetid: 2 x 20 min.

Vægt: 2250 g pr. bræk.

Vendes i en blanding af lige dele
sesam, ciafrø og wheatie 1500 TTT

Rasketid: ca. 50 – 60 min.

Bagetemp.: – som rundstykker.

Bagetid: ca. 18 - 20 min.