

## Pain spéciaux avec WELLNESS BREAD AKTIV D

Farine forte panifiable	10.000 kg	100 %	22 lb	0 oz
WELLNESS BREAD AKTIV D	9.000 kg	90 %	19 lb	13.5 oz
Sésame grillé	1.000 kg	10 %	2 lb	3.5 oz
Huile végétale	0.200 kg	2 %	0 lb	7 oz
Sel	0.400 kg	4 %	0 lb	14 oz
Levure fraîche	0.500 kg	5 %	1 lb	1.5 oz
Eau, approx.	12.400 kg	124 %	27 lb	5.5 oz
Poids total	33.500 kg		73 lb	13 oz

Temps de pétrissage: 5 minutes lentement + 4 minutes rapidement (pétrin à spirale)

Température de la pâte: 26° C (79° F)

Fermentation en masse: 20 minutes

Poids: 0.540 kg (1 lb 3 oz)

Fermentation intermédiaire: 10 minutes

Façonnage: oblong

Fermentation finale: approx. 60 minutes

Température de cuisson: 230° C (445° F), tombante à 200° C (390° F), avec vapeur

Temps de cuisson: approx. 35 minutes

Préparation: Après la fermentation en masse, peser la pâte et bouler. Ensuite façonner comme souhaité, rouler dans la garniture et laisser fermenter. Inciser avant d'enfourner et cuire avec vapeur.

Garniture: WELLNESS BREAD AKTIV D

**Valeur nutritive**

pour 2 tranches (75 g)

**Calories 190** % valeur quotidienne\*

<b>Lipides</b> 4.5 g	6 %
Saturés 0 g	0 %
+ Trans 0 g	

<b>Glucides</b> 29 g	
Fibres 3 g	11 %
Sucres 0 g	0 %

**Protéines** 7 g**Cholestérol** 0 mg**Sodium** 370 mg 16 %

Potassium 50 mg 1 %

Calcium 30 mg 2 %

Fer 2.5 mg 14 %

**Vitamine D** 1.5 mg 8.5 %\* 5 % ou moins c'est **peu**, 15 % ou plus c'est **beaucoup**