

Opskrift

MANITOBA GROVBRØD



BÄKO
DANMARK

Opskrift

MANITOBA GROVBRØD 36 stk.

INGREDIENSER:

Dejen	
5.000 g	Manitoba Flour (203263)
4.000 g	Speltmel fint (103171)
1.000 g	Durum (214286)
1.500 g	Moden Hvedesurdej
1.500 g	Hørfrø
1.500 g	Solsikkekerner
350 g	Mørk Malt
300 g	Frost Bagemiddel
370 g	Salt
250 g	Gær
6.500 g	Vand, ca.
22.270 g	Total

Næringsindhold pr. 100 g brød

Energi	274 kj/1153 kcal
Protein	10 g
Kulhydrat	39 g
- heraf sukkerarter	2,3 g
Fedt	7,9 g
- heraf mættede fedtsyrer	1,1 g
Kostfibre	3,9 g
Salt	1,8 g

Ingredienser:

Hvedemel, speltmel, vand, solsikkekerner, hørfrø, **durummel, bygmaltmel**, salt tilsat jod, gær, **rugfuldkornsmel**, dextrose, konsistensmiddel (e472e), **hvedemaltmel, hvedegluten**, enzymer, melbehandlingsmiddel (e300).

DEJTEMPERATUR:	24-26 °C.
ÆLTETID:	10 minutter langsom + 4 minutter hurtigt til skær dej.
LIGGETID:	2 x 60 minutter med en foldning.
RASKETID:	Dej virkes runde op pensles med surdej på toppen. Brug en våd rulle pind, og tryk dejen let på kryds. Stilles nu til raskning i ca. 1 time.
DEJVÆGT:	2.400 g brød.
PYNT:	Hvedemel.
OVNTEMPERATUR:	Ca. 220 °C.
DAMP:	Dampes ved indsætning.
BAGETID:	Ca. 40 - 45 minutter.