

Chleb gryczany



Opis:

Mąkę gryczaną, z której przygotowywany jest chleb otrzymuje się poprzez zmielenie nasion gryki. Dodanie jej do chleba, zwiększa jego wartości odżywcze, przedłuża trwałość oraz wzbogaci smak z nutą goryczki. Gryka nie zawiera glutenu, lecz posiada białka, które obniżają poziom cholesterolu we krwi. Poprawia pracę przewodu pokarmowego.

Receptura:

Mąka pszenna typ 750	9.26 kg
Mieszanka gryczana	9.26 kg
Woda	ok. 6 kg
Drożdże	0.4 kg

Parametry:

Czas mieszania:	
Wolne obroty	3 min
Szybkie obroty	4 - 5 min
Czas spoczynku	10 min
Temperatura wody	27°C

Składniki:

Mąka pszenna, mąka gryczana, płatki pszenne, groch prażony, zakwas pszenny suchy, sól