

Pain 9 céréales

Aujourd'hui, beaucoup de consommateurs demandent un assortiment de pains variés avec des goûts originaux. Le pain 9 céréales avec ses 9 différentes sortes de céréales et graines offre cette diversité. Il se prête très bien à la petite boulangerie comme les pains sandwiches ou les petits pains ou alors pour un pain de mie.



Recette pain 9 céréales

Farine 9 céréales N° art 5160

Déclaration farine	Farine de blé, seigle concassé, épeautre concassé, flocons d'avoine, flocons d'orge, farine de riz, finot de maïs, flocons de millet, graines de lin
Infos allergènes de la farine	Gluten
Recette	1'400 g de farine 9 céréales 1'000 g d'eau 35 g de sel 50 g de levure 400 g de pâte miblanche
Poids total de la pâte	2'885 g
Préparation	Tous les ingrédients: Mélanger en 1 ^{ère} vitesse 8-10 minutes, ajouter 400 g de la pâte mi-blanche Pétrir en 2 ^{ème} vitesse 2-4 minutes Température de la pâte 21-24°C. <small>Temps de pétrissage pour pétrin à spirale</small>
Pointage	env. 50 minutes
Façonnage	Peser des pâtons de 500 g, cuire dans un moule
Fermentation à la pièce	env. 45 minutes
Cuisson	Température du four env. 220°C.
Temps de cuisson	Cuire 50-60 minutes pour obtenir un pain croustillant

Valeur nutritive 100g	kcal	kJ	Protéine	Hydrate de carbone	Graisse	Fibres alimentaires
Farine	325	1359	12.0 g	63.0 g	2.6 g	8.0 g
Pain	219	918	8.0 g	43.0 g	2.0 g	5.0 g