

Pain Zähringen

Le pain Zähringen se distingue par sa grande proportion de flocons d'avoine. Ce pain 5 céréales déploie un arôme fort et sa composition donne de l'énergie à jeunes et vieux, enfants et sportifs pour toute une journée exigeante.



Recette pain Zähringen

Farine Zähringen 5 céréales N° art. 5435

Déclaration farine	Farine de blé, flocons d'avoine, farine de seigle, farine d'orge, flocons de millet
Infos allergènes de la farine	Gluten
Recette	1'400 g de farine Zähringen 5 céréales 1'000 g d'eau 30 g de sel 50 g de levure
Poids total de la pâte	2'480 g
Préparation	Tous les ingrédients: Mélanger en 1 ^{ère} vitesse 5-7 minutes Pétrir en 2 ^{ème} vitesse 3-5 minutes Température de la pâte 21-24°C. <small>Temps de pétrissage pour pétrin à spirale</small>
Pointage	env. 45 minutes
Façonnage	Peser des pâtons de 500 g, les façonner en long et les couper 3 fois
Fermentation à la pièce	env. 30 minutes
Cuisson	Température du four env. 220°C.
Temps de cuisson	Cuire 45-50 minutes pour obtenir un pain croustillant

Valeur nutritive 100 g	kcal	kJ	Protéine	Hydrate de carbone	Graisse	Fibres alimentaires
Farine	339	1417	11.5 g	69.0 g	2.3 g	5.1 g
Pain	228	951	8.0 g	46.0 g	2.0 g	4.0 g