



Fit & Shape koolhydraatarm 60 % MZ Plus 20 kg

Artikel NR: 701-1949
Artikel NR Beko: 9085910



100 gr brood bevat 26 gr aan koolhydraten.
Eén sneetje brood = 30 gr bevat dus 7.8 gr koolhydraten.
Dit is ongeveer 50% minder dan een normaal wit of volkoren brood.

Receptuur

| | |
|-----------------|-------------|
| Fit & Shapemix: | 6 kg |
| Volkorenmeel: | 4 kg |
| Water: | 6,0 - 6,4 l |
| Gist: | 200 gr |

Kneden

| | |
|------------------|--------------------------------------------------------|
| Spiraalkneder: | 3 - 5' eerste versnelling 8 - 9' tweede versnelling |
| Deegtemperatuur: | 25 - 26°C |

Verwerking

Voorrijs van 10'
Afwegen, opbollen
Tussenrijs 30-40"
Opbollen of opmaken, decoreren
Eindrijs 50 minuten.

Afbakken

230°C naar 220°C gedurende 45'
Stoom geven