
RECETARIO FITBERRY



FITBERRY:

Selección de recetas

- 1/ **Pan**
con FITBERRY
- 2/ **Pan de molde**
con FITBERRY
- 3/ **Krustis**
con FITBERRY y MALZPERLE PLUS
- 5/ **Panecillos**
con FITBERRY y MALZPERLE PLUS
- 6/ **Panecillos con yogur y frutos secos**
con FITBERRY y MALZPERLE PLUS
- 7/ **Pan con semillas y chía**
con FITBERRY
- 8/ **Pan con yogur y semillas**
con FITBERRY
- 9/ **Snacks crujientes**
con FITBERRY, CORN-PEPP y FRISCH UND FROSTIG
- 11/ **Bastoncitos rústicos**
con FITBERRY e IREKS UNI PLUS
- 12/ **Cookies**
con FITBERRY
- 13/ **Croissants**
con FITBERRY e IDEAL FROST

Pan

con FITBERRY

Harina de trigo	5,000 kg
FITBERRY	5,000 kg
Levadura	0,250 kg
Agua (aprox.)	6,000 kg
Total	16,250 kg

Topping

Sésamo, semillas de girasol y sémola de trigo duro (1·1·1)

Proceso de elaboración

- Amasar los ingredientes hasta conseguir una masa fina y elástica (este producto requiere un mayor tiempo de amasado que otros mixes).
- Temperatura de la masa: 27 – 28 °C.
- Reposo en bloque: 20 – 30 minutos.
- Dividir y bolear piezas de 0,580 kg, humedecer la superficie y rebozar con el topping.
- Fermentar durante 60 – 70 minutos en cámara de fermentación a 32 °C y 75% H.R. (las piezas deben entrar jóvenes en el horno).
- Cortar y cocer de entrada a 240 °C (con vapor), bajando a 200 °C durante 55 – 60 minutos.



**FUENTE
DE FIBRA**

MAGNESIO
132 mg (35% IDR)

CALCIO
256 mg (32% IDR)

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

100 g de pan contienen de media:

Valor energético:	1146 kJ (272 kcal)
Grasas:	7,2 g
de las cuales saturadas:	1,0 g
Hidratos de carbono:	38,1 g
de los cuales azúcares:	4,4 g
Fibra alimentaria:	4,8 g
Proteínas:	11,4 g
Sal:	1,6 g
Magnesio:	132 mg (35% IDR)
Calcio:	256 mg (32% IDR)

Pan de molde con FITBERRY

Harina de trigo	5,000 kg
FITBERRY	5,000 kg
Levadura	0,200 kg
Agua (aprox.)	6,000 kg
Total	16,200 kg

Topping

IREKS-TOPPING

Proceso de elaboración

- Amasar los ingredientes hasta conseguir una masa fina y elástica (este producto requiere un mayor tiempo de amasado que otros mixes).
- Temperatura de la masa: 26 – 27 °C.
- Reposo en bloque: 10 minutos.
- Dividir y bolear piezas de 0,400 kg.
- Reposo tras bolear unos 20 minutos.
- Formar piezas cortas y anchas, humedecer y rebozar con IREKS-TOPPING.
- Colocar dos piezas en un molde estándar de 30 x 10 x 10 cm.
- Fermentar hasta alcanzar $\frac{3}{4}$ partes del volumen del molde.
- Cocer de entrada a 220 °C (con vapor), bajando a 200 °C durante unos 45 minutos.
- Dejar enfriar unas 2 horas, rebanar y embolsar.



Krustis

con FITBERRY y MALZPERLE PLUS

Remojo

Sémola de maíz	1,000 kg
Copos de avena	0,500 kg
Linaza	0,500 kg
<u>Agua a 40 °C</u>	<u>1,800 kg</u>
Total	3,800 kg

- Mezclar los ingredientes y dejar reposar 1 hora a temperatura ambiente.

Masa

Harina de trigo de media fuerza	6,000 kg
FITBERRY	2,500 kg
MALZPERLE PLUS	0,350 kg
Remojo	3,800 kg
Puré de patata deshidratado	0,500 kg
Aceite vegetal	0,200 kg
Sal	0,120 kg
Levadura	0,400 kg
<u>Agua</u>	<u>4,700 kg</u>
Total	18,570 kg

Topping

Sésamo, sémola de maíz y linaza (2·2·1)

Proceso de elaboración

- Amasar los ingredientes hasta conseguir una masa fina y elástica.
- Temperatura de la masa: 27 °C.
- Dividir la masa en pastones de 1,500 kg, bolear y dejar reposar 10 minutos.
- Dividir los pastones con la divisora (30 piezas x 0,050 kg) sin bolear y formar barrotes cortos.
- Sobreponer dos piezas (la pieza de encima debe estar ligeramente inclinada hacia un lado) formando barritas cortas y rebozar con harina de centeno.
- Humedecer la superficie de las piezas, rebozar con el topping y colocarlas con el cierre hacia arriba en bandejas con papel de horno.
- Fermentar durante 60 minutos en cámara de fermentación a 30 °C y 75% H.R.
- Cocer de entrada a 240 °C (con vapor), bajando a 210 °C durante 20 – 22 minutos.



Panecillos

con FITBERRY y MALZPERLE PLUS

Harina de trigo de media fuerza	7,500 kg
FITBERRY	2,500 kg
MALZPERLE PLUS	0,300 kg
Aceite vegetal	0,100 kg
Sal	0,100 kg
Levadura	0,400 kg
Agua	5,600 kg
Total	16,500 kg

Topping

Sésamo, semillas de girasol y sémola de trigo (1·1·1)

Proceso de elaboración

- Amasar los ingredientes hasta conseguir una masa fina y elástica.
- Temperatura de la masa: 28 °C.
- Dividir la masa en pastones de 2,100 kg, bolear y dejar reposar 10 – 15 minutos.
- Dividir los pastones con la divisora (30 piezas x 0,070 kg) sin bolear y dejar reposar 15 minutos.
- Humedecer la superficie de las piezas, rebozar con el topping y colocarlas en bandejas con papel de horno.
- Fermentar durante 60 minutos en cámara de fermentación a 30 °C y 75% H.R.
- Cortar y cocer de entrada a 240 °C (con vapor), bajando a 210 °C durante 20 minutos.



Panecillos con yogur y frutos secos con FITBERRY y MALZPERLE PLUS

Harina de trigo de media fuerza	7,500 kg
FITBERRY	2,500 kg
MALZPERLE PLUS	0,350 kg
Yogur	1,500 kg
Aceite vegetal	0,200 kg
Sal	0,120 kg
Levadura	0,400 kg
Agua	5,000 kg
Avellanas tostadas enteras	0,800 kg
Nueces troceadas	0,800 kg
Total	19,170 kg

Topping

Sésamo

Proceso de elaboración

- Amasar los ingredientes (excepto las avellanas y las nueces) hasta conseguir una masa fina y elástica. Añadir las avellanas y las nueces al final del amasado.
- Temperatura de la masa: 27 °C.
- Dividir la masa en pastones de 2,400 kg, bolear y dejar reposar 10 minutos.
- Dividir los pastones con la divisora (30 piezas x 0,080 kg), bolear y formar barritas cortas.
- Humedecer la superficie de las piezas, rebozar con sésamo y colocarlas en bandejas con papel de horno.
- Fermentar durante 45 minutos en cámara de fermentación a 30 °C y 75% H.R.
- Hacer un corte transversal y fermentar 15 minutos más.
- Cocer de entrada a 240 °C (con vapor), bajando a 210 °C durante 20 minutos.



Pan con semillas y chía con FITBERRY

Remojo

Semillas de calabaza	0,700 kg
Semillas de chía	0,600 kg
Agua a 30 °C	1,000 kg
Total	2,300 kg

- Mezclar los ingredientes y dejar reposar 1 hora a temperatura ambiente.

Masa

Harina de trigo de media fuerza	5,000 kg
FITBERRY	5,000 kg
Remojo	2,300 kg
Sal	0,040 kg
Levadura	0,250 kg
Agua (aprox.)	6,200 kg
Total	18,790 kg

Topping

Sésamo, sémola de trigo duro, semillas de calabaza y semillas de chía (2·2·1·1)

Proceso de elaboración

- Amasar los ingredientes hasta conseguir una masa fina y homogénea (este producto requiere un mayor tiempo de amasado que otros mixes).
- Temperatura de la masa: 27 – 28 °C.
- Reposo en bloque: 20 – 30 minutos.
- Dividir piezas de 0,600 kg y bolear suavemente.
- Reposo tras bolear: 50 minutos.
- Formar barras o “chuscos” sin desgasificar, humedecer y rebozar con el topping.
- Fermentar durante 15 minutos en cámara de fermentación a 30 °C y 75% H.R.
- Cortar y cocer de entrada a 240 °C (con vapor), bajando a 200 °C durante 45 – 50 minutos.



Pan con yogur y semillas con FITBERRY

Harina de trigo	4,000 kg
Harina de centeno	1,000 kg
FITBERRY	5,000 kg
Yogur	1,500 kg
Levadura	0,250 kg
Agua	5,200 kg
Total	16,950 kg

Topping

Semillas de amapola y sésamo (1:1)

Proceso de elaboración

- Amasar los ingredientes hasta conseguir una masa fina y homogénea (este producto requiere un mayor tiempo de amasado que otros mixes).
- Temperatura de la masa: 27 – 28 °C.
- Reposo en bloque: 30 minutos.
- Dividir y bolear piezas de 0,450 kg.
- Formar las piezas en forma de “chusco”, humedecer y rebozar con el topping.
- Fermentar durante 45 minutos en cámara de fermentación a 32 °C y 75% H.R.
- Cortar y cocer de entrada a 240 °C (con vapor), bajando a 200 °C durante 35 – 40 minutos. Transcurridos 2 minutos, abrir el tiro y dejar salir el vapor.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

100 g de pan contienen de media:

Valor energético:	1155 kJ (274 kcal)
Grasas:	7,4 g
de las cuales saturadas:	1,1 g
Hidratos de carbono:	37,5 g
de los cuales azúcares:	2,9 g
Fibra alimentaria:	5,1 g
Proteínas:	11,3 g
Sal:	1,5 g
Magnesio:	135 mg (36% IDR)
Calcio:	291 mg (36% IDR)

Snacks crujientes

con FITBERRY, CORN-PEPP y FRISCH UND FROSTIG

Remojo

CORN-PEPP	1,000 kg
Agua a 30 °C	0,600 kg
Total	1,600 kg

- Mezclar los ingredientes y dejar reposar 30 minutos a temperatura ambiente.

Masa

Harina de trigo de media fuerza	7,500 kg
FITBERRY	2,500 kg
FRISCH UND FROSTIG	0,400 kg
Remojo	1,600 kg
Mantequilla	0,150 kg
Sal	0,100 kg
Levadura	0,300 kg
Agua	5,900 kg
Total	18,450 kg

Mantequilla para pliegues: 0,250 kg por kg de masa.

Topping

Queso rallado, pimienta y sal

Proceso de elaboración

- Amasar los ingredientes hasta conseguir una masa fina y elástica (este producto requiere un mayor tiempo de amasado que otros mixes).
- Temperatura de la masa: 24 °C.
- Reposo en bloque: 10 minutos.
- Laminar una “manta” y dar tres pliegues sencillos dejando reposar unos minutos entre pliegues.
- Dividir la masa en pastones de 2,100 kg, bolear ligeramente y dejarlos reposar en la nevera hasta el día siguiente.
- Aplanar los pastones, cortar en tiras y rebozar con el topping.
- Fermentar durante 40 minutos en cámara de fermentación a 30 °C y 75% H.R.
- Cocer a 230 °C (con vapor) durante 35 – 40 minutos.



Bastoncitos rústicos con FITBERRY e IREKS UNI PLUS

Harina de trigo	7,500 kg
FITBERRY	2,500 kg
Queso tipo quark	0,500 kg
IREKS UNI PLUS	0,100 kg
Aceite de oliva	0,100 kg
Sal	0,100 kg
Levadura	0,250 kg
Agua	6,700 kg
Total	17,750 kg

Proceso de elaboración

- Amasar los ingredientes hasta conseguir una masa fina y homogénea.
- Temperatura de la masa: 25 – 26 °C.
- Reposo en bloque: 120 minutos.
- Extender la masa sobre un tablero con harina de centeno y presionar suavemente.
- Cortar piezas de 15 x 2 cm y retorcer sobre sí mismas.
- Fermentar durante 20 – 30 minutos en cámara de fermentación a 32 °C y 75% H.R.
- Cocer a 230 °C (con poco vapor) durante 22 minutos.



Cookies

con FITBERRY

Harina de trigo	0,750 kg
FITBERRY	0,250 kg
MELLA TRIEB	0,020 kg
Mantequilla/Margarina	0,550 kg
Azúcar	0,500 kg
Huevo	0,150 kg
Total	2,220 kg

Proceso de elaboración

- Mezclar la mantequilla o la margarina con el azúcar hasta obtener una textura esponjosa. A continuación, añadir el huevo y mezclar. Por último, añadir la harina, FITBERRY y MELLA TRIEB (previamente mezclados) y mezclar 3 – 4 minutos hasta conseguir una masa homogénea.
- Dejar reposar en frío 30 – 40 minutos.
- Laminar una “manta” de 3 mm de grosor, troquelar piezas con un cortapastas redondo de 6 cm de diámetro y colocarlas en bandejas con papel de horno.
- Pintar con huevo y cocer a 180 °C durante 10 – 15 minutos.



Croissants

con FITBERRY e IDEAL FROST

Harina de trigo	7,000 kg
FITBERRY	3,000 kg
IDEAL FROST	0,150 kg
Azúcar	0,500 kg
Mantequilla/Margarina	0,300 kg
Sal	0,080 kg
Levadura	0,350 kg
<u>Agua</u>	<u>5,000 kg</u>
Total	16,380 kg

Mantequilla o margarina para pliegues: 0,250 kg por kg de masa.

Topping

Sésamo blanco

Proceso de elaboración

- Amasar los ingredientes hasta conseguir una masa homogénea.
- Temperatura de la masa: 23 – 24 °C.
- Reposo en bloque: 10 minutos.
- Dar un pliegue doble y uno sencillo dejando reposar 10 minutos entre pliegues y dejar reposar en frío 20 minutos.
- Laminar una “manta” de 5 mm de grosor y 50 cm de ancho, cortar triángulos del tamaño deseado y formar los croissants.
- Humedecer y rebozar con sésamo blanco.
- Fermentar durante 60 minutos en cámara de fermentación a 26 °C y 75% H.R.
- Cocer a 220 °C (con vapor) durante 17 – 20 minutos (según el tamaño de la pieza).



