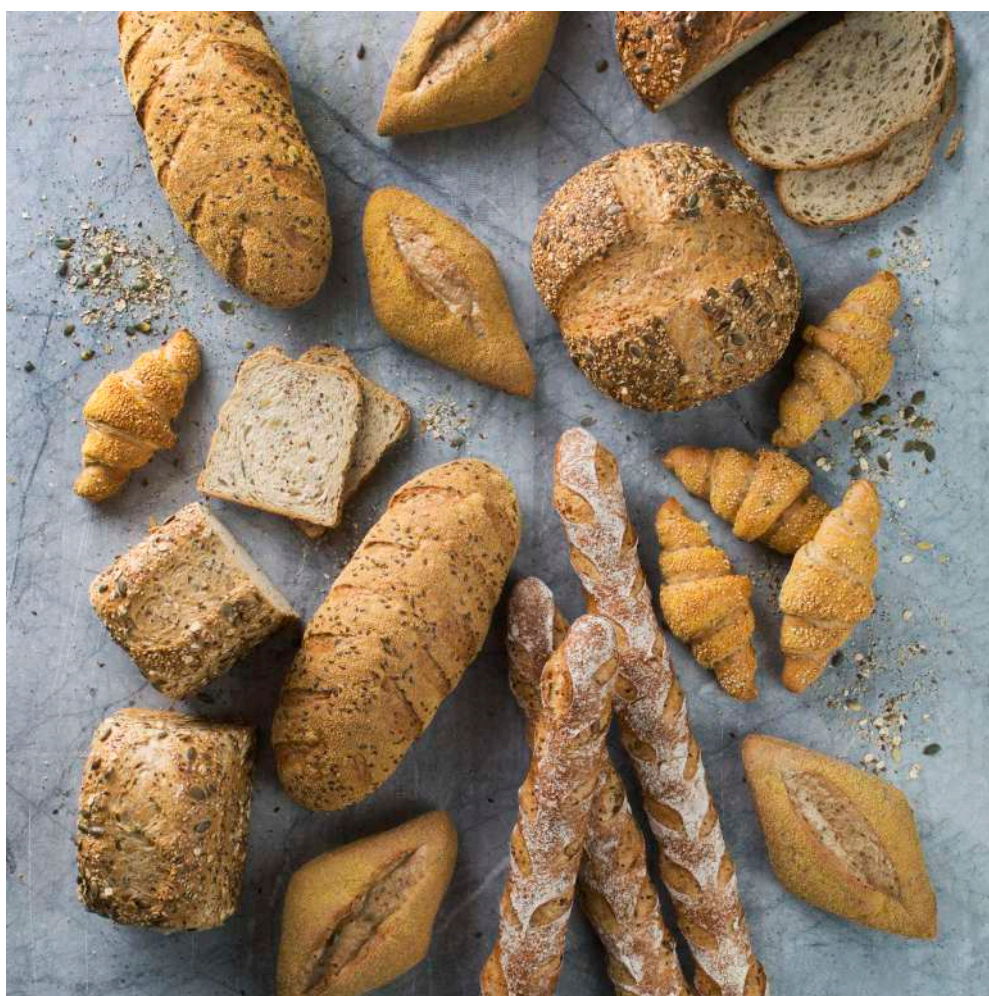
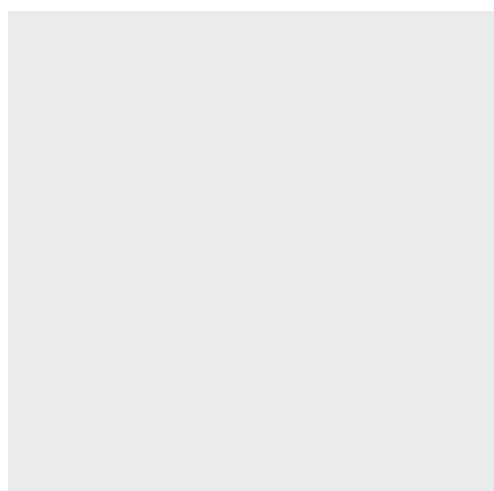

RECEITAS



REX QUINOA: Seleção de receitas

- 1/ **Baguete rústica com quinoa**
com REX QUINOA
- 2/ **Barra rústica com chia e quinoa**
com REX CHÍA e REX QUINOA
- 3/ **Pão rústico com sementes e quinoa**
com REX QUINOA
- 4/ **Fajitas com quinoa**
com REX QUINOA e MASA MADRE PIE
- 5/ **Naan**
com REX QUINOA
- 6/ **Pão com chia e quinoa**
com REX CHÍA e REX QUINOA
- 7/ **Pão de forma com sementes e quinoa**
com REX QUINOA e IREKS DECO
- 8/ **Pão redondo com sementes e quinoa**
com REX QUINOA e IREKS DECO
- 9/ **Pãezinhos com quinoa**
com REX QUINOA e MALZPERLE PLUS
- 10/ **Losangos**
com REX QUINOA
- 11/ **Croissants com sementes e quinoa**
com REX QUINOA e PREBACK
- 12/ **Caracóis com sementes e quinoa**
com REX QUINOA, IDEAL e MELLA CHOUX

Baguete rústica com quinoa com REX QUINOA

Farinha de trigo	5,000 kg
REX QUINOA	5,000 kg
Levedura	0,150 kg
Água	7,000 kg
Total	17,150 kg

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e elástica.
- Temperatura da massa: 24 – 25 °C.
- Repouso em bloco cerca de 40 minutos.
- Dividir e bolear peças de 0,300 kg.
- Repouso após bolear cerca de 30 minutos.
- Formar baguetes com aprox. 50 cm de comprimento e decorar com farinha.
- Fermentar durante cerca de 60 minutos em câmara de fermentação a 30 °C e 75% H.R.
- Fazer vários cortes nos lados desenhando uma espiga.
- Cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 210 °C durante cerca de 35 minutos.



DECLARAÇÃO NUTRICIONAL

100 g de pão contêm em média:

Energia:	1222 kJ (290 kcal)
Lípidos:	6,1 g
dos quais saturados:	1,0 g
Hidratos de carbono:	44,9 g
dos quais açúcares:	2,3 g
Fibra:	6,1 g
Proteínas:	10,6 g
Sal:	1,4 g

Barra rústica com chia e quinoa com REX CHÍA e REX QUINOA

Farinha de trigo	5,000 kg
REX CHÍA	2,500 kg
REX QUINOA	2,500 kg
Levedura	0,170 kg
Água (aprox.)	8,000 kg
Total	18,170 kg

Topping

Sêmola de milho amarelo e sésamo (2:1)

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e elástica.
- Temperatura da massa: 24 – 25 °C.
- Repouso em bloco: 60 minutos.
- Estender a massa sobre um tabuleiro com farinha, humedecer e decorar a superfície com o topping.
- Dividir as peças, formá-las ligeiramente alongadas e enrolar.
- Fermentar durante 35 – 40 minutos em câmara de fermentação a 30 °C e 75% H.R.
- Cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 220 °C durante cerca de 30 minutos (segundo o tamanho da peça). Abrir o registo 15 minutos antes de finalizar a cozedura.



Pão rústico com sementes e quinoa com REX QUINOA

Farinha de trigo	5,000 kg
REX QUINOA	5,000 kg
Levedura	0,200 kg
Água	6,000 kg
Total	16,200 kg

Topping (por peça)

Sêmola de milho amarelo e linhaça (4-1)	0,010 kg
---	----------

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e elástica.
- Temperatura da massa: 25 – 26 °C.
- Repouso em bloco cerca de 20 minutos.
- Dividir e bolear peças de 0,400 kg.
- Repouso após bolear cerca de 20 minutos.
- Formar peças curtas com ponta, humedecer e decorar com o topping.
- Fermentar durante cerca de 60 minutos em câmara de fermentação a 30 °C e 75% H.R.
- Fazer vários cortes nos lados desenhando uma espiga.
- Cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 210 °C durante cerca de 45 minutos.



DECLARAÇÃO NUTRICIONAL

100 g de pão contém em média:

Energia:	1177 kJ (279 kcal)
Lípidos:	6,0 g
dos quais saturados:	0,9 g
Hidratos de carbono:	42,9 g
dos quais açúcares:	2,3 g
Fibra:	5,9 g
Proteínas:	10,3 g
Sal:	1,3 g

Fajitas com quinoa

com REX QUINOA e MASA MADRE PIE

Farinha de trigo de média força	5,000 kg
REX QUINOA	5,000 kg
Manteiga/Margarina	1,000 kg
MASA MADRE PIE	0,300 kg
MELLA TRIEB	0,200 kg
Levedura	0,100 kg
Água	6,500 kg
Total	18,100 kg

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes 7 minutos em velocidade lenta e 3 minutos em velocidade rápida.
- Temperatura da massa: 24 °C.
- Dividir a massa em empelos de 2,500 kg, bolear e deixar repousar 10 minutos.
- Laminar uma “manta” o mais fina possível, picar com um rolo de picar massa (pica miolos) e cortar peças redondas com um corta massas ou uma forma.
- Cozer a 300 °C (com vapor) durante 3 minutos.



Naan

com REX QUINOA

Farinha de trigo de média força	5,000 kg
REX QUINOA	5,000 kg
logurte	1,800 kg
Azeite	0,600 kg
MELLA TRIEB	0,175 kg
Levedura	0,100 kg
Água	5,700 kg
Total	18,375 kg

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e homogênea.
- Temperatura da massa: 25 °C.
- Repouso em bloco: 10 minutos.
- Dividir a massa em empelos de 1,800 kg, bolear e deixar repousar 5 minutos.
- Dividir os empelos com a divisora (30 peças x 0,060 kg) e bolear, formar peças ovais e aplainá-las com 1 cm de espessura.
- Fermentar durante 20 minutos em câmara de fermentação a 26 °C e 80% H.R.
- Cozer em forno de ar a 250 °C (com vapor) durante 8 minutos.



DECLARAÇÃO NUTRICIONAL

100 g de pão contêm em média:

Energia:	1096 kJ (261 kcal)
Lípidos:	8,7 g
dos quais saturados:	1,5 g
Hidratos de carbono:	34,6 g
dos quais açúcares:	2,0 g
Fibra:	4,7 g
Proteínas:	8,5 g
Sal:	1,6 g

Pão com chia e quinoa com REX CHÍA e REX QUINOA

Farinha de trigo	5,000 kg
REX CHÍA	2,500 kg
REX QUINOA	2,500 kg
Levedura	0,200 kg
Água (aprox.)	6.000 kg
Total	16,200 kg

Topping

IREKS DECO

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e elástica.
- Temperatura da massa: 24 – 25 °C.
- Repouso em bloco: 20 minutos.
- Dividir e bolear peças de 0,600 kg.
- Repouso após bolear: 20 minutos.
- Formar peças ovais, humedecer e decorar com IREKS DECO.
- Fermentar durante 50 – 60 minutos em câmara de fermentação a 30 °C e 75% H.R.
- Cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 200 °C durante cerca de 45 minutos. Abrir o registo 20 minutos antes de finalizar a cozedura.



Pão de forma com sementes e quinoa com REX QUINOA e IREKS DECO

Farinha de trigo	5,000 kg
REX QUINOA	5,000 kg
Azeite	0,300 kg
Levedura	0,250 kg
Água	6,000 kg
Total	16,550 kg

Topping (por peça)

IREKS DECO	0,013 kg
------------	----------

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e elástica.
- Temperatura da massa: 25 – 26 °C.
- Repouso em bloco cerca de 20 minutos.
- Dividir e bolear peças de 0,450 kg.
- Repouso após bolear cerca de 20 minutos.
- Formar peças curtas e largas, humedecer e decorar com IREKS DECO.
- Colocar duas peças numa forma standard de 30 x 10 x 10 cm.
- Fermentar durante cerca de 70 minutos em câmara de fermentação a 30 °C e 75% H.R.
- Fazer um corte longitudinal e profundo.
- Cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 210 °C durante cerca de 40 minutos.



DECLARAÇÃO NUTRICIONAL

100 g de pão contém em média:

Energia:	1185 kJ (282 kcal)
Lípidos:	8,5 g
dos quais saturados:	1,4 g
Hidratos de carbono:	38,3 g
dos quais açúcares:	2,1 g
Fibra:	5,7 g
Proteínas:	10,0 g
Sal:	1,2 g

Pão redondo com sementes e quinoa com REX QUINOA e IREKS DECO

Farinha de trigo	5,000 kg
REX QUINOA	5,000 kg
Levedura	0,200 kg
Água	6,000 kg
Total	16,200 kg

Topping (por peça)

IREKS DECO	0,015 kg
------------	----------

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e elástica.
- Temperatura da massa: 25 – 26 °C.
- Repouso em bloco cerca de 20 minutos.
- Dividir e bolear peças de 0,500 kg.
- Repouso após bolear cerca de 20 minutos.
- Formar peças redondas, humedecer e decorar com IREKS DECO.
- Fermentar durante cerca de 70 minutos em câmara de fermentação a 30 °C e 75% H.R.
- Fazer um corte em forma de cruz.
- Cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 210 °C durante cerca de 50 minutos.



DECLARAÇÃO NUTRICIONAL

100 g de pão contém em média:

Energia:	1176 kJ (280 kcal)
Lípidos:	6,9 g
dos quais saturados:	1,1 g
Hidratos de carbono:	40,6 g
dos quais açúcares:	2,2 g
Fibra:	6,0 g
Proteínas:	10,6 g
Sal:	1,3 g

Pãezinhos com quinoa com REX QUINOA e MALZPERLE PLUS

Farinha de trigo de média força	7,000 kg
REX QUINOA	3,000 kg
MALZPERLE PLUS	0,120 kg
Sal	0,080 kg
Levedura	0,200 kg
Água	6,600 kg
Total	17,000 kg

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e elástica.
- Temperatura da massa: 24 °C.
- Repouso em bloco: 15 minutos.
- Dividir a massa em empelos de 1,700 kg e bolear.
- Dividir os empelos com a divisora (30 peças x 0,056 kg) sem bolear, humedecer a superfície e decorar com diferentes toppings (opcional).
- Fermentar durante 45 minutos em câmara de fermentação a 28 °C e 80% H.R.
- Cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 220 °C durante 15 – 20 minutos.



Losangos com REX QUINOA

Farinha de trigo	5,000 kg
REX QUINOA	5,000 kg
Levedura	0,150 kg
Água	7,000 kg
Total	17,150 kg

Topping (por peça)

Sêmola de milho amarelo	0,003 kg
-------------------------	----------

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e elástica.
- Temperatura da massa: 24 – 25 °C.
- Repouso em bloco cerca de 60 minutos.
- Estender a massa num tabuleiro e alisar.
- Humedecer com água e espalhar por cima uma fina camada de sêmola de milho amarelo.
- Cortar tiras com 5 cm de largura. Depois, cortar as tiras em losangos com 10 cm de comprimento.
- Fermentar durante 40 minutos em câmara de fermentação a 30 °C e 75% H.R.
- Se desejar, fazer um corte longitudinal.
- Cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 220 °C durante cerca de 25 minutos.



DECLARAÇÃO NUTRICIONAL

100 g de pão contém em média:

Energia:	1265 kJ (301 kcal)
Lípidos:	6,0 g
dos quais saturados:	1,0 g
Hidratos de carbono:	47,4 g
dos quais açúcares:	2,3 g
Fibra:	6,2 g
Proteínas:	10,8 g
Sal:	1,3 g

Croissants com sementes e quinoa com REX QUINOA e PREBACK

Farinha de trigo de média força	6,000 kg
REX QUINOA	4,000 kg
PREBACK	0,100 kg
Açúcar	0,600 kg
Sal	0,040 kg
Levedura	0,600 kg
Água	5,600 kg
Total	16,940 kg

Margarina ou manteiga para folhados: 0,250 kg por kg de massa.

Topping

Sêmola de milho amarelo e sésamo branco (2:1)

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e homogénea (amassadura curta).
- Temperatura da massa: máx. 20 – 22 °C.
- Dar três voltas simples deixando repousar cerca de 20 minutos entre as voltas.
- Laminar uma “manta” com 8 mm de espessura, cortar triângulos do tamanho desejado e formar os croissants.
- Humedecer e decorar com o topping*.
- Fermentar durante cerca de 90 minutos em câmara de fermentação a 26 °C e 75% H.R.
- Cozer a 180 °C durante cerca de 20 minutos. Abrir o registo 10 minutos antes de finalizar a cozedura.

* Uma vez decorados com o topping, é possível congelar os croissants para utilização posterior.



Caracóis com sementes e quinoa com REX QUINOA, IDEAL e MELLA CHOUX

Massa

Farinha de trigo de média força	3,500 kg
REX QUINOA	1,500 kg
IDEAL	0,025 kg
Sal	0,035 kg
Levedura	0,150 kg
Água (aprox.)	2,800 kg
Total	8,010 kg

Margarina para folhados: 0,250 kg por kg de massa.

Recheio

Queijo Emmental ralado	0,750 kg
Natas líquidas	0,500 kg
Ovos	0,300 kg
MELLA CHOUX	0,060 kg
Sal, colorau, pimenta, etc.	q.b.
Total	1,610 kg

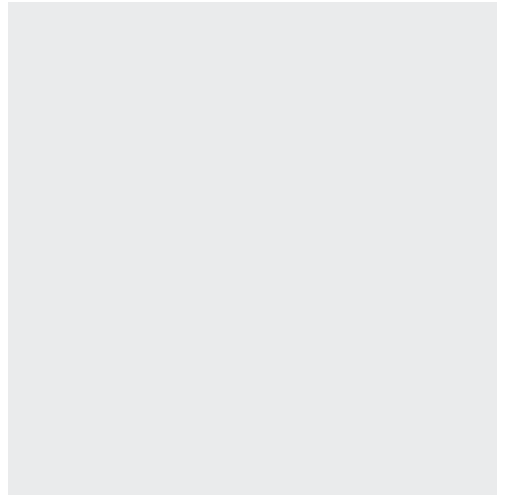
Topping

Sêmola de milho amarelo e linhaça (4-1)

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e homogénea (amassadura curta).
- Temperatura da massa: máx. 23 – 24 °C.
- Dar três voltas simples deixando repousar 10 minutos entre as voltas.
- Laminar uma “manta” com 5 mm de espessura e cortar tiras de 25 x 50 cm.
- Estender uma camada fina de recheio deixando livre 1 cm na parte inferior, enrolar formando uma barra, humedecer e decorar com o topping.
- Colocar em tabuleiros ondulados e deixar arrefecer no congelador (sem congelar).
- Cortar medalhões com 1 cm de espessura. Nesta situação, pode-se proceder à congelação das peças ou preparar para a sua cozedura.
- Colocar as peças em tabuleiros com papel de forno e fermentar durante 50 minutos em câmara de fermentação a 28 °C e 75% H.R.
- Polvilhar com queijo Emmental ralado (opcional) e cozer a 210 °C durante cerca de 20 minutos.





IREKS IBERICA, S.A. | Parc Tecnològic del Vallès | C/Argenters 4, Edificio 2
Apartado de correos 251 | 08290 Cerdanyola del Vallès | ESPANHA
Tel.: +34 93 594 69 00 | info@ireks-iberica.com | www.ireks-iberica.com