

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