

# Pan con contenido reducido de hidratos de carbono con IREKS-Das Abendbrot

IREKS-Das Abendbrot	7,800 kg
Linaza	1,300 kg
Semillas de girasol	0,900 kg
Levadura	0,250 kg
<u>Agua (aprox.)</u>	<u>8,800 kg</u>
Total	19,050 kg

## Topping

Sésamo, linaza y semillas de girasol (2·1·1)

## Proceso de elaboración

- Amasar los ingredientes hasta conseguir una masa fina y elástica.
- Temperatura de la masa: 27 – 28 °C.
- No es necesario reposo en bloque.
- Dividir piezas de 0,600 kg.
- Formar piezas cortas y anchas, humedecer y rebozar con el topping.
- Hacer varios cortes y fermentar durante 30 minutos en cámara de fermentación a 30 °C y 75% H.R.
- Cocer de entrada a 230 °C (con abundante vapor), bajando a 200 °C durante un total de 50 – 55 minutos. Transcurridos 2 minutos, abrir el tiro y la puerta del horno durante 10 minutos\*.

\* En horno de aire, abrir y cerrar la puerta rápidamente.



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

100 g de pan contienen de media:

Valor energético:	1105 kJ (264 kcal)
Grasas:	11,4 g
de las cuales saturadas:	1,6 g
Hidratos de carbono:	10,3 g
de los cuales azúcares:	2,1 g
Fibra alimentaria:	8,7 g
Proteínas:	25,8 g
Sal:	1,3 g