

Panecillos de espelta y cebada

con UNSER GERSTENBROT y PERFORMANCE PLUS

Harina de trigo de media fuerza	6,000 kg
UNSER GERSTENBROT	4,000 kg
PERFORMANCE PLUS	0,050 kg
Linaza	0,500 kg
Aceite de oliva	0,250 kg
Sal	0,140 kg
Levadura	0,250 kg
Agua	7,100 kg
Total	18,290 kg

Topping (por pieza)

Harina de centeno	0,003 kg
-------------------	----------

Proceso de elaboración

- Amasar los ingredientes hasta conseguir una masa fina y homogénea.
- Temperatura de la masa: 27 – 28 °C.
- Reposo en bloque unos 10 minutos.
- Dividir y bolear piezas de 0,120 kg – 0,150 kg.
- Formar piezas con punta, rebozar sobre harina de centeno y hacer dos cortes.
- Fermentar con los cortes hacia abajo durante 16 – 18 horas en cámara de fermentación controlada a 5 °C.
- Dejar fermentar durante 50 – 60 minutos a temperatura ambiente.
- Girar y cocer de entrada a 240 °C (con vapor), bajando a 200 °C durante 22 – 24 minutos. Abrir el tiro 5 minutos antes de finalizar la cocción.

19% harina integral de espelta calculado sobre el total de harina.

10% cebada integral triturada calculado sobre el elaborado final.

2% copos de cebada integral calculado sobre el elaborado final.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

100 g de panecillos contienen de media:

Valor energético:	1124 kJ (266 kcal)
Grasas:	3,8 g
de las cuales saturadas:	0,6 g
Hidratos de carbono:	46,9 g
de los cuales azúcares:	4,0 g
Fibra alimentaria:	5,3 g
Proteínas:	8,6 g
Sal:	1,5 g