

Pão com chia com REX CHÍA

Farinha de trigo	5,000 kg
REX CHÍA	5,000 kg
Levedura	0,200 kg
Água (aprox.)	5,500 kg
Total	15,700 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 cerca de 30 minutos.
- Dividir e bolear peças de 0,500 kg.
- Repouso após bolear cerca de 5 minutos.
- Formar peças redondas e em forma de triângulo, humedecer e decorar com o topping.
- Fermentar durante 50 – 60 minutos em câmara de fermentação a 30 °C e 75% H.R.
- Fazer três cortes a partir dum canto e cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 210 °C durante cerca de 45 minutos.



DECLARAÇÃO NUTRICIONAL

100 g de pão contêm em média:

Energia:	1128 kJ (267 kcal)
Lípidos:	3,9 g
dos quais saturados:	0,7 g
Hidratos de carbono:	45,7 g
dos quais açúcares:	4,0 g
Fibra:	4,8 g
Proteínas:	9,9 g
Sal:	1,3 g