
RECEITAS

UNSER GERSTENBROT



UNSER GERSTENBROT:

Seleção de receitas

- 1/ **Pão de cevada com iogurte e cebolinho**
com UNSER GERSTENBROT e MASA MADRE ROGGEN
- 2/ **Pão de cevada com sementes de abóbora, sésamo e linhaça**
com UNSER GERSTENBROT e IREKS BAGUETTE
- 3/ **Pão de cevada com queijo e cebola**
com UNSER GERSTENBROT e IREKS BAGUETTE
- 4/ **Pão de cevada com chia**
com UNSER GERSTENBROT e MASA MADRE ROGGEN
- 5/ **Pãezinhos de cevada e espelta**
com UNSER GERSTENBROT e PERFORMANCE PLUS
- 6/ **Pão integral de cevada com espelta**
com UNSER GERSTENBROT
- 7/ **Pãezinhos de cevada e espelta com linhaça**
com UNSER GERSTENBROT e MALZPERLE PLUS
- 9/ **Pão integral de cevada e espelta com sementes**
com UNSER GERSTENBROT

Pão de cevada com iogurte e cebolinho

com UNSER GERSTENBROT e MASA MADRE ROGGEN

Mistura azeite – cebolinho

Azeite	0,300 kg
Cebolinho seco	0,100 kg
Total	0,400 kg

Massa

Farinha de trigo de média força	5,800 kg
UNSER GERSTENBROT	4,200 kg
MASA MADRE ROGGEN	0,250 kg
logurte	1,500 kg
Mistura azeite – cebolinho	0,400 kg
Linhaça	0,400 kg
Sal	0,140 kg
Levedura	0,250 kg
Água	6,250 kg
Total	19,190 kg

Topping

Sêmola de trigo e cebolinho

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e homogênea.
- Temperatura da massa: 28 °C.
- Repouso em bloco: 20 minutos.
- Dividir e bolear peças de 0,600 kg.
- Formar as peças em forma de pão rústico, humedecer e decorar com o topping.
- Colocar as peças com a enroladura para baixo em telas enfarinhadas e fermentar durante 60 minutos em câmara de fermentação a 28 °C e 80% H.R.
- Cortar e cozer de entrada a 230 °C (com vapor), baixando para 200 °C durante 40 – 45 minutos.



DECLARAÇÃO NUTRICIONAL

100 g de pão contêm em média:

Energia:	1061 kJ (251 kcal)
Lípidos:	3,9 g
dos quais saturados:	0,7 g
Hidratos de carbono:	43,2 g
dos quais açúcares:	3,5 g
Fibra:	5,1 g
Proteínas:	8,0 g
Sal:	1,4 g

Pão de cevada com sementes de abóbora, sésamo e linhaça

com UNSER GERSTENBROT e IREKS BAGUETTE

Remolho

Sementes de abóbora	1,000 kg
Linhaça	0,300 kg
Água a 40 °C	1,000 kg
Total	2,300 kg

- Misturar os ingredientes e deixar repousar 1 hora à temperatura ambiente.

Massa

Farinha de trigo de média força	5,200 kg
UNSER GERSTENBROT	4,000 kg
IREKS BAGUETTE	0,800 kg
Remolho	2,300 kg
Azeite	0,250 kg
Levedura	0,250 kg
Água	6,700 kg
Total	19,500 kg

Topping

IREKS DECO

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes 4 minutos em velocidade lenta e 10 minutos em velocidade rápida.
- Temperatura da massa: 27 – 28 °C.
- Repouso em bloco: 30 – 40 minutos.
- Dividir peças de 0,580 kg.
- Formar peças alongadas, humedecer a superfície e decorar com IREKS DECO. Seguidamente, torcer as peças sobre si formando uma raiz.
- Fermentar durante 40 – 60 minutos em câmara de fermentação a 28 °C e 80% H.R.
- Cozer de entrada a 230 °C (com vapor), baixando para 200 °C durante 40 – 45 minutos. Decorridos 3 minutos, abrir o registo e deixar sair o vapor.



Pão de cevada com queijo e cebola com UNSER GERSTENBROT e IREKS BAGUETTE

Farinha de trigo de média força	6,500 kg
Farinha de centeio	0,500 kg
UNSER GERSTENBROT	2,000 kg
IREKS BAGUETTE	1,000 kg
Linhaça	0,400 kg
Azeite	0,200 kg
Levedura	0,250 kg
Água	6,700 kg
Queijo Emmental aos cubos	1,000 kg
Cebola frita crocante demolhada (2·1)	0,600 kg
Total	19,150 kg

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes (exceto o queijo Emmental aos cubos e a cebola frita crocante demolhada) 4 minutos em velocidade lenta e 10 minutos em velocidade rápida. Adicionar o queijo e a cebola no final da amassadura.
- Temperatura da massa: 26 °C.
- Repouso em bloco: 20 minutos.
- Dividir e bolear peças de 0,480 kg.
- Formar peças alongadas, aplainar sobre farinha de centeio e fazer quatro ou cinco cortes em diagonal com a ajuda de uma raspa metálica.
- Humedecer a superfície e polvilhar com queijo ralado.
- Colocar as peças em tabuleiros com papel de forno, congelar durante 30 minutos e transferir diretamente para a câmara de frio positivo para deixar fermentar até ao dia seguinte.
- Fermentar durante 40 – 60 minutos em câmara de fermentação a 28 °C e 80% H.R.
- Cozer de entrada a 230 °C (com vapor), baixando para 200 °C durante 25 – 30 minutos. Decorridos 3 minutos, abrir o registo e deixar sair o vapor.



Pão de cevada com chia com UNSER GERSTENBROT e MASA MADRE ROGGEN

Farinha de trigo de média força	5,800 kg
UNSER GERSTENBROT	4,200 kg
MASA MADRE ROGGEN	0,250 kg
Sementes de chia	0,700 kg
Linhaça	0,300 kg
Azeite	0,250 kg
Sal	0,150 kg
Levedura	0,250 kg
Água	7,600 kg
Total	19,500 kg

Topping

Flocos de aveia, sementes de chia e linhaça (2·1·1)

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes 8 minutos em velocidade lenta e 5 minutos em velocidade rápida.
- Temperatura da massa: 28 °C.
- Repouso em bloco: 20 minutos.
- Dividir e bolear peças de 0,580 kg.
- Formar as peças em forma de pão rústico, humedecer e decorar com o topping.
- Colocar as peças com a enroladura para baixo em telas enfarinhadas e fermentar durante 60 minutos em câmara de fermentação a 28 °C e 80% H.R.
- Fazer um corte longitudinal e cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 200 °C durante 45 – 50 minutos.



Pãezinhos de cevada e espelta com UNSER GERSTENBROT e PERFORMANCE PLUS

Farinha de trigo de média força	6,000 kg
UNSER GERSTENBROT	4,000 kg
PERFORMANCE PLUS	0,050 kg
Linhaça	0,500 kg
Azeite	0,250 kg
Sal	0,140 kg
Levedura	0,250 kg
Água	7,100 kg
Total	18,290 kg

Topping (por peça)

Farinha de centeio	0,003 kg
--------------------	----------

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e homogénea.
- Temperatura da massa: 27 – 28 °C.
- Repouso em bloco cerca de 10 minutos.
- Dividir e bolear peças de 0,120 kg – 0,150 kg.
- Formar peças com ponta, decorar sobre farinha de centeio e fazer dois cortes.
- Fermentar com os cortes para baixo durante 16 – 18 horas em câmara de fermentação controlada a 5 °C.
- Deixar fermentar durante 50 – 60 minutos à temperatura ambiente.
- Virar e cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 200 °C durante 22 – 24 minutos. Abrir o registo 5 minutos antes de finalizar a cozedura.



DECLARAÇÃO NUTRICIONAL

100 g de pãezinhos contêm em média:

Energia:	1124 kJ (266 kcal)
Lípidos:	3,8 g
dos quais saturados:	0,6 g
Hidratos de carbono:	46,9 g
dos quais açúcares:	4,0 g
Fibra:	5,3 g
Proteínas:	8,3 g
Sal:	1,5 g

Pão integral de cevada com espelta com UNSER GERSTENBROT

UNSER GERSTENBROT	10,000 kg
Levedura	0,200 kg
<u>Água a 40 °C (segundo a temperatura da padaria)</u>	<u>7,800 kg</u>
Total	18,000 kg

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes em velocidade lenta durante 14 – 16 minutos.
- Temperatura da massa: 27 – 28 °C.
- Repouso em bloco cerca de 30 minutos.
- Dividir peças de 0,600 kg para formas de 30 x 10 x 10 cm (duas peças por forma).
- Formar as peças, humedecer e decorar com farinha.
- Colocar as peças com a enroladura para baixo nas formas, apertá-las fortemente e fazer um corte longitudinal.
- Fermentar durante cerca de 50 minutos em câmara de fermentação a 30 °C e 75% H.R.
- Cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 210 °C durante cerca de 60 minutos. A temperatura interna do pão deve ser de 98 °C.



DECLARAÇÃO NUTRICIONAL

100 g de pão contém em média:

Energia:	943 kJ (223 kcal)
Lípidos:	1,3 g
dos quais saturados:	0,4 g
Hidratos de carbono:	42,0 g
dos quais açúcares:	5,4 g
Fibra:	6,9 g
Proteínas:	7,4 g
Sal:	1,5 g
Betaglucanos:	1,9 g

Pãezinhos de cevada e espelta com linhaça com UNSER GERSTENBROT e MALZPERLE PLUS

Farinha de trigo de força	6,000 kg
UNSER GERSTENBROT	4,000 kg
MALZPERLE PLUS	0,300 kg
Linhaça	0,500 kg
Sal	0,120 kg
Levedura	0,250 kg
Água (aprox.)	7,100 kg
Total	18,270 kg

Topping

Sésamo, linhaça e sementes de abóbora (4·1·1)

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes até conseguir uma massa fina e homogénea.
- Temperatura da massa: 27 – 28 °C.
- Repouso em bloco cerca de 10 minutos.

Barritas

- Dividir e bolear peças de 0,150 kg.
- Repouso após bolear: 10 minutos.
- Formar barritas e enfarinhar.
- Colocar as peças em tabuleiros e fermentar durante cerca de 50 minutos em câmara de fermentação a 30 °C e 75% H.R.
- Cortar e cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 220 °C durante 30 minutos.

Pãezinhos

- Dividir a massa em empelos de 2,400 kg, bolear e deixar repousar 10 minutos.
- Dividir os empelos com a divisora (30 peças x 0,080 kg) sem bolear, humedecer e decorar com o topping.
- Colocar as peças em tabuleiros e fermentar durante cerca de 50 minutos em câmara de fermentação a 30 °C e 75% H.R.
- Cortar e cozer de entrada a 240 °C (com vapor), baixando para 220 °C durante 20 minutos.



Pão integral de cevada e espelta com sementes com UNSER GERSTENBROT

UNSER GERSTENBROT	10,000 kg
Sementes de abóbora	0,500 kg
Sementes de girassol	0,300 kg
Levedura	0,200 kg
Água (aprox.)	8,000 kg
Total	19,000 kg

Topping (por peça)

Sésamo, linhaça, sementes de abóbora (4-2-1)	0,038 kg
--	----------

Processo de elaboração

- Amassar os ingredientes em velocidade lenta durante 12 – 14 minutos.
- Temperatura da massa: 27 – 28 °C.
- Repouso em bloco cerca de 30 minutos.
- Dividir peças de 0,600 kg para formas de 30 x 10 x 10 cm (duas peças por forma).
- Formar, humedecer e decorar com o topping.
- Colocar as peças com a enroladura para baixo nas formas, apertá-las ligeiramente e fazer um corte em forma de cruz.
- Fermentar durante cerca de 50 minutos em câmara de fermentação a 30 °C e 75% H.R.
- Cozer de entrada a 240 °C (com vapor), deixando sair o vapor depois de 2 minutos desde o início da cozedura. Baixar a 200 °C durante 50 – 60 minutos.
A temperatura interna do pão deve ser de 98 °C.

* “Foi demonstrado que o betaglucano de cevada baixa/reduz o colesterol no sangue. O colesterol elevado é um fator de risco no desenvolvimento de doença cardíaca coronária.” (Regulamento (UE) N.º 1048/2012).



DECLARAÇÃO NUTRICIONAL

100 g de pão contêm em média:

Energia:	1047 kJ (249 kcal)
Lípidos:	5,7 g
dos quais saturados:	1,0 g
Hidratos de carbono:	37,1 g
dos quais açúcares:	4,9 g
Fibra:	6,8 g
Proteínas:	8,9 g
Sal:	1,5 g
Betaglucanos:	1,8 g

