

FIT

BREAD

CARBOHIDRATOS
12%

PROTEÍNA
30%

FIBRA
14%



RECETA

Preparado Fit Bread.....	10,000 kg
Levadura fresca.....	0,300 kg
Agua.....	8,300 Kg
Total.....	18,600 kg

PREPARACIÓN

Tiempo de amasado	Aprox. 10 min a nivel 1 (lento) Aprox. 12 min a nivel 2 (rápido)
Temperatura de la masa	aprox. 26° C a 28 °C
Peso	450g por unidad
Elaboración	Dar forma redonda a la masa y decorar. Posteriormente colocarla en el molde correspondiente
Decoración	Semilla de amapola o similares
Fermentación	35-45 min.
Horneado	Entrada al horno a 200 ° C , 10 segundos de vapor, tras 10 minutos bajar a 180° C. abrir tiro y continuar horneando hasta 45 minutos del total de horneado
Tiempo de horneado	45 min.