

Broodje Havena

Heerlijk en compact haverbrood rijk aan haverzemelen. Haver is een oergraan met langzame suikers, veel vezels, eiwitten, vitaminen, mineralen en caroteen. Het geeft je lichaam de hele dag energie en remt het hongergevoel.

Ingrediënten

Deegsamstelling		
Artipur Havena	100%	1.000 g
Water (*)	66%	660 g
Gist	2,5%	25 g
Actieve broodverbeteraar	2%	20 g
<i>Zout: volgens wettelijke voorschriften.</i>		
<i>(*) Indicatief – Watertoevoeging is afhankelijk van (nieuwe) oogst.</i>		



Werkwijze

Kneden	
Type spiraal	Voldoende lang in 1ste snelheid om max. waterabsorptie te bekomen (ca. 5 à 8 minuten).
	Afknedn in 2de snelheid tot goed ontwikkeld deeg.
Deegtemperatuur	25-26 °C
Rijsschema	
Voorrijs	20 min
	Afwegen en opbollen
Bolrijs	15 min
	Opbollen of langmaken
Narijs	50-60 min
Bakken	40-50 min/240°C (dalend naar 200°C)

