**ABDIJ RECEPT**

Ingrediënten

* 1000 g Abdij
* 530 g water (\*)
* 20 - 25 g gist
* Zout: volgens wettelijke voorschriften.

(\*) Indicatief - Watertoevoeging is afhankelijk van (nieuwe) oogst.

Kneden  
Type spiraal

* Voldoende lang in 1ste snelheid om max. waterabsorptie te bekomen (ca. 5 à 8 minuten).
* Afkneden in 2de snelheid tot goed ontwikkeld deeg.

Type armkneder

* 5 min traag, 15-20 min snel.

Deegtemperatuur

* 25-26 °C

Rijsschema  
Voorrijs

* 15-20 min

Bolrijs

* 20 min

Narijs

* 60-70 min

Bakken

* 40-50 min / 225 °C