

Artipan Koolhydraatarmer Stokbrood

Een vezelrijk meergranenstokbrood dat $\pm$ 50% minder verteerbare koolhydraten bevat dan een standaard wit stokbrood. Het verlaagd zout- en koolhydraatgehalte draagt bij tot een gezond voedingspatroon. De vele aanwezige zaden leveren extra eiwitten en vezels aan! Dit Koolhydraatarmer stokbrood is vezelrijk, eiwitrijk, koolhydraatarmer en verlaagd in zoutgehalte (indien bereid volgens onze basisreceptuur).



Receptuur

Artipan Koolhydraatarmer Mix	100%	1.000 g
Water	63%	630 g
Gist	2%	20 g
Forti Magic	1%	10 g

Artipan Koolhydraatarmer bevat reeds zout.

Werkwijze

Kneden	8 min. traag, 8 min. snel
Deegtemperatuur	25°C
Rijsschema	
Voorrijs	20 min
Afwegen	350 g afwegen en lichtjes oppunten
Bolrijs	30 min
	Stokbrood langmaken (met machine of handmatig).



Door bloem rollen (daardoor krijg je een mooie schakering).

Narijs 90 min (via rijskast) of 120 min (tussen doeken).

5 insnijdingen geven

Bakken ca. 22 min / 230 °C (met niet teveel stoom).

