



Godt brød fra vår baker

Frokostbrød med Regal Fiberbygg

Ekstra grove brix med mye korn og frø. Regal Fiberbygg inneholder ekstra mye løselig fiber i forhold til vanlig bygg, sunt for magen og sunt for hjertet.



NÆRINGSDEKLARASJON PR 100g

Energi	1000 kJ/240 kcal
Protein	11 g
Karbohydrat	34 g
herav sukkerarter	2 g
Fett	5 g
herav mettet	1 g
herav enumettet	1,81 g
herav flerumettet	2 g
Kostfiber	6,2 g
Natrium	0,37 g

INGREDIENSER

Bløtlegg i 2 timer eller over natten:

Vann	7 500 g
Regal Fiberbygg Flak	2 600 g
Regal Fiberbygg Fullformalt	1 200 g
Regal Rugkli	600 g
Regal Kuttet Rug	600 g
Bokhvete	1 000 g
Gresskarkjerner	1 000g
Salt	200 g

Påslag:

Vann	2 500 g
Regal Hvetemel Bakeri	3 600 g
Regal Fullformalt Hvete Fin	2 300 g
Hvetegluten	900 g
Idun Fersk Gjær	700 g
Idun Rapsolje	350 g
Idun Sirup mørk	350 g
Idun Combisur Soft	230 g

Deigvektforslag 284 enheter à 90 g

FREM GANGSMÅTE

Deigtemperatur	24-25°C
Eltetid	12+5 min
Hviletid	20 min
Rasketid	30 min
Rasketemperatur	31 °C
Fuktighet	78% RH
Dampetid	20 sek
Steketemperatur	250-210°C
Steketid	15-20 min

Tilberedning; kjevle ned og skjær ut til brix. Dekorér med Regal Fiberbygg.



Grovhet: 77,12 %