



Godt brød fra vår baker

Grovt Byggbrød med Regal Fiberbygg

Et herlig grovbrød med et helt nytt byggprodukt fra Regal. Regal Fiberbygg inneholder ekstra mye løselig fiber i forhold til vanlig bygg, sunt for magen og sunt for hjertet.



NÆRINGSDEKLARASJON PR 100g

Energi	1050 kJ/240 kcal
Protein	8,5 g
Karbohydrat	41 g
herav sukkerarter	3,5 g
Fett	4 g
herav mettet	0,30 g
herav enumettet	1,68 g
herav flerumettet	1,50 g
Kostfiber	5,5 g
Natrium	0,41 g

INGREDIENSER

Bløtlegg i 2 timer eller over natten:

Vann	7 500 g
Regal Fiberbygg Fullformalt	3 000 g
Regal Fiberbygg Flak	1 500 g
Regal Sam Rug Mellomgrov	1 500 g
Salt	250 g
Påslag:	
Vann	2 500 g
Regal Hvetemel Bakeri	7 200 g
Regal Fullformalt Hvete Fin	1 800 g
Sirup mørk	750 g
Idun Fersk Gjær	650 g
Idun Rapsolje	600 g
Idun Combisur Pluss	500 g

Deigvektforslag 34 enheter à 830 g

FREMGANGSMÅTE

Deigtemperatur	24-25°C
Eltetid	12+4 min
Hviletid	10-20 min
Rasketid	45 min
Rasketemperatur	31 °C
Fuktighet	78% RH
Dampetid	20 sek
Steketemperatur	240-210°C
Steketid	40 min

Tilberedning; pass på at deigtemp. og rasketemp. ikke blir for høy.



Grovhet: 52%