

Haferbrot

Brot Zusammensetzung:

Weizenmehl, Wasser, Haferflocken,
Roggenschrot, Hefe, Salz, Gluten, Malzmehl
(Gerste), Mehlbehandlungsmittel
(Ascorbinsäure)

Brot Nährwert pro 100 g:

Energie: 1070 kJ (255 kcal)
Eiweiss: 9,5 g
Kohlenhydrate: 47,7 g
Fett: 2,2 g



Rezept:

1'000 g	Wasser
1'550 g	Haferbrotmehl (Art.-Nr. 1572)
50 g	Hefe
40 g	Salz
10 g	Pflanzenfett
+ 20 g	Haferflocken (Art. Nr. 3186) zum bestreuen

Kneten: Spiralkneter: 8 Minuten im 1. Gang, 4 Minuten im 2. Gang
Teigtemperatur: 26°C

Stockgare: 60 Minuten

Abwiegen: 450 g, rund vorwirken

Teigruhe: 10 Minuten

Aufarbeiten: lange oder runde Brote formen
Teigling vor dem Wenden in Haferflocken, mit Ei bestreichen

Stückgare: 45 Minuten bei 30° C

Backen. Mit Dampf
ca. 45 Minuten bei 230° C
nach halber Backzeit Dampfabzug öffnen