

МНОГОЗЪРНЕСТ „ЗДРАВЕ И ФИНЕС“

ЗА СПЕЦИАЛНИ МНОГОЗЪРНЕСТИ ХЛЯБОВЕ С ВИСОКО СЪДЪРЖАНИЕ НА ФИБРИ (растителни влакнини) И НИСЪК ГЛИКОЛИТИЧЕН ИНДЕКС

210333	МНОГОЗЪРНЕСТ „ЗДРАВЕ И ФИНЕС“	1.000 гр.
330102	Брашно ФАРИНА ЗЕРО	1.000 гр.
	мая	60 гр.
	вода	860 гр.

НАЧИН НА ПРИГОТВЯНЕ:

Измесваме в тестомесачка за 6 минути на първа скорост и за 4 минути на втора скорост. Температура на тестото : $\pm 26^{\circ}$ C. Режим и оформяме на хлябове с тегло 550гр.

Междинна ферментация на тестото: $\pm 15-20$ минути

Втасвател /: Температура: 33° C Влага(r.h) : 75 – 80% Време: 35 – 40 минути

Печене: в началото на предварително затоплена фурна на 230° C и после намалявате на 200° C и продължавате печенето за 25 – 30 минути с пара.

СЪСТАВ: Пшенично брашно, слънчоглед, ленено семе, пшеничен глютен, тиквени семки (чистота 99,9%), снежинки от овес, ръжено брашно, захар, пшенична суха закваска, пшенични трици, сол, емулгатори : E472e, слънчогледов лецитин. Аскорбинова киселина, ензими.

СРЕДНА ХРАНИТЕЛНА СТОЙНОСТ НА НЕПРИГОТВЕН ПРОДУКТ ЗА 100гр. :

ЕНЕРГИЙНОСТ	456 KCAL (1.916 KJ)
ПРОТЕИНИ	18,5 G
ВЪГЛЕХИДРАТИ	44,6 G
ОТ КОИТО ЗАХАРИ	3,7 G
МАЗНИНИ	20,5 G
ОТ КОИТО НАСИТЕНИ	2,7 G
ФИБРИ	9,6 G
НАТРИЙ	0,94 G

Специален продукт с нисък гликолитичен (захарен) индекс. Захарен индекс 54.

СРЕДНА ХРАНИТЕЛНА СТОЙНОСТ НА ГОТОВ ХЛЯБ ЗА 100гр. :

ЕНЕРГИЙНОСТ	277 KCAL (1.172 KJ)
ПРОТЕИНИ	13,7 G
ВЪГЛЕХИДРАТИ	46,4 G
ОТ КОИТО ЗАХАРИ	2,9 G
МАЗНИНИ	4,2 G
ОТ КОИТО НАСИТЕНИ	1,1 G
ФИБРИ	5,1 G
НАТРИЙ	0,27 G

Нисък захарен индекс (0 – 55): Въглехидрати които се разтварят бавно в процеса на катаболизъм, освобождавайки постепенно и по-бавно захари в кръвта. По този начин максимално се поддържа в стабилни и по-ниски граници захарта в кръвта.

Съвети към потребители с нестабилни или високи граници на захар :

- За проверяване на захарния индекс в кръвта на човешкия организъм, доверявайте се само на вашия личен лекар.
- Консумирайте повече плодове, зеленчуци, орехи, пълнозърнести продукти и общо продукти с повече съдържание на фибри.
- Съветваме, намаляване на потребление на продукти с повече захар като бисквити, кейкове, бонбони, безалкохолни.
- Съветваме, намаляване на потребление на продукти с високо съдържание на скорбяла които имат по-висок захарен индекс като сладки картофи, спагети, бял ориз.

Опаковка : чувал 25кг.

Произведено във Швеция от **NORDBAKELS**.

Вносител : АЛМА ЛИБРЕ ЕООД – 1346 София, кв. Волуяк Ул. Зорница 99 тел. 9379999

Срок на годност: виж опаковката

Съхранение – транспортиране : при стайна температура на сухо.

София

АЛМА ЛИБРЕ ЕООД

ИНФОРМАЦИЯ



- 1. Пшеничноръжен многозърнест хляб (5семена).**
- 2. Високо съдържание на фибри.**
- 3. Нисък гликолитичен индекс.**
- 4. Малко съдържание на сол.**
- 5. Много бързо производство.**
- 6. Високо и стабилно качество.**
- 7. Изключително вкусно.**

Тези характеристики придават на този вид хляб характера на оригинално специален хляб което помага на здравословното хранене и на хора с стомашни или диабетични проблеми. Помага на потребители които пазят диета или търсят по естествен път подобряване на процесите на храносмилане.

РЕЦЕПТА ЗА БЕЙГЕЛ С МНОГОЗЪРНЕСТ „ЗДРАВЕ И ФИНЕС“

РЕЦЕПТА:

210333

330101

МНОГОЗЪРНЕСТ „ЗДРАВЕ И ФИНЕС“	1.000 гр.
Брашно СУПЕР СИЛНО	1.200 гр.
вода	1.000 гр.
Олио	120 гр.
ИНВЕРТЗАХАР	60 гр.
мая	50 гр.

181809

НАЧИН НА ПРИГОТВЯНЕ:

Измесваме в тестомесачка за 8 минути на първа скорост и за 2 минути на втора скорост.

Температура на тестото : $\pm 22-24^{\circ}\text{C}$.

Междинна ферментация на тестото: ± 10 минути

Режим и оформяме на бейгели с тегло 120гр.

-Поставяме в хладилник (5°C) за 12-18 часа ИЛИ във втасвател

(Втасвател /: Температура: 33°C Влага(r.h) : 75 – 80% Време: 60 минути)

Печене С ПАРА: в началото на предварително затоплена фурна на 220°C и после намалявате на 200°C и продължавате печенето за 12 – 16 минути с пара.

