

BUŁKI FITNESS

Mieszanka na bułki Fitness zawierająca błonnik jabłkowy, zarodki pszenne, siemię lniane, słonecznik oraz płatki sojowe. Unikalna kompozycja składników pozwoliła stworzyć oryginalne w smaku bułki, które na pewno przypadną do gustu osobom dbającym o sylwetkę, sportowcom oraz wszystkim którym leży na sercu zdrowie, witalność oraz kondycja fizyczna.

Receptura podstawowa

BUŁKI FITNESS	5,0 kg
Mąka pszenna T.550	5,0 kg
Drożdże	0,40 kg
Woda	ok.5-5,2 L

Przygotowanie:

miesienie 4 min. wolno, 6 min. szybko, temperatura ciasta 28°C, leżakowanie 10-20 min., garowanie ok. 30 min.(temp. 35°C, wilg. 75%).

Po garowaniu piec bułki z zaparowaniem, po 5 min. otworzyć cug, temp. pieczenia 230°C, czas pieczenia 15-20 min.