

CHLEB DIETETYCZNY

Mieszanka chleb dietetyczny pozwala w prosty i szybki sposób wyprodukować wieloziarniste pieczywo dietetyczne o niskim indeksie glikemicznym wynoszącym 49,4. Chleb dietetyczny nie zawiera cukru, jest bogaty w błonnik pokarmowy, który zwiększa objętość posiłków, dając uczucie sytości, reguluje pracę jelit, wpływa również na szybkość wchłaniania cukrów. Produkty tego typu niezbędne i bardzo cenione w żywieniu osób cierpiących na schorzenia cywilizacyjne (cukrzyca, otyłość, choroby układu krążenia) oraz powinny znaleźć się w diecie każdego, kto chce zdrowo i racjonalnie się odżywiać.

Receptura podstawowa

CHLEB DIETETYCZNY	5 kg
Mąka pszenna	5 kg
Drożdże	0,3 kg
Woda	ok.5 L

chleb foremkowy

CHLEB DIETETYCZNY	5kg
Mąka pszenna	4 kg
Mąka żytnia	1 kg
Drożdże	0,3 kg
Woda	ok.5 L

Przygotowanie:

Miesienie 4 minuty wolno, 4 minuty szybko,
Temp. ciasta: 26-28°C, leżakowanie: 15 minut,
garowanie: 60 minut (temp. 35°C, wilgotność 75 %)
po garowaniu piec chleb z zaparowaniem, po 5 minutach
otworzyć cug, temperatura pieczenia 230°C spadająca do 200°C,
czas pieczenia 25-30 minut. Dla chleba koszyczkowego i bułek
zalecamy stosować mąkę pszenną T.500 , dla chleba foremkowego
zalecamy mąkę pszenna T.750.