



Khorasan BIO



Farine produite à partir de khorasan BIO européen, une variété très ancienne originaire d'Égypte. Broyage des grains sur meules de pierre

pour conserver l'intégrité du grain : amande, germe et enveloppes. Farine très intéressante du point de vue nutritionnel car peu raffinée. Donne un pain riche en fibres à la mie dorée avec une saveur de noisette. Riche en gluten, elle est mieux tolérée que la farine de blé.

Composants

Farine de KHORASAN BIO	1 kg
Eau	700 g
Pâte fermentée*	200 g
Sel	18 à 20 g
Levure	15 g

Fabrication

Pétrissage	Spiral : 10 min en 1 ^{ère} vitesse et 2 min en 2 ^{ème} Incorporer la pâte fermentée après le début
T° de la pâte	23 à 25°C
Pointage	1 h avec rabat
Division	en pâtons de 500 g puis bouler
Détente	30 min à 1 h
Façonnage	En boule. Tourne à clair
Apprêt-Pousse	1 h à 1 h 30
Cuisson	Four chaud (260-265°C) avec buée pendant 35 min

*Voir recette jointe

Ingrédients : (en gras : allergènes), Farine de **khorasan** biologique

Valeurs nutritionnelles

Valeur énergétique	1 395 kJ/330 kcal
Matières grasses	2,2 g
dont acide gras saturé	0,5 g
Glucides	59,3 g
dont sucres	2,6 g
>Protéines	12,3 g
Sel	0,01 g



KHORASAN

Le KHORASAN est une céréale très ancienne originaire d'Égypte. La farine concentre et sublime des arômes incomparables avec une saveur de noisette. Riche en gluten, elle est mieux tolérée que la farine de blé.