Seigle BIO

Farine T130 issue de la mouture de seigle BIO sublimant l'assemblage de l'amande, du germe et des petites enveloppes de la graine. Mie compacte de couleur sombre. Très bonne conservation.

Composants		
	Farine de SEIGLE BIO T130	1 kg
	Eau	720 à 750 g
	Pâte fermentée*	1 kg
	Sel	22 à 25 g
	Levure	5 g

Fabrication : En direct	
Pétrissage	Batteur : 7 min en 1ère vitesse Incorporer la pâte fermentée après le début du frasage puis 1 min en 2ème vitesse
T° de la pâte	35°C
Pointage	1 h à 1 h 30
Division	A la corne dans un banneton bien fariné Pâtons de 700 à 800 g
Apprêt-Pousse	1 h en banneton
Cuisson	Four très chaud (280°C) pendant les 15 premières min puis chaleur tombante pendant 40 min

**Voir recette jointe*

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

Valeurs nutritionnelles	
Valeur énergétique	1 405 kj/332 kcal
Matières grasses	1,4 g
dont acide gras saturé	0,2 g
Glucides	65 g
dont sucres	2,1 g
>Protéines	9,1 g
Sel	0,02 g

SEIGLE

La farine de seigle est riche en oligo-éléments et reconnue pour les bienfaits sur le fonctionnement métabolique. Ses arômes incomparables ravivent les saveur d'autrefois.