



SPORTO

LE PAIN
DES SPORTIFS

SOURCE DE FIBRES,
RICHE EN MAGNÉSIUM



CERES
GROUPE SOUFFLET GROEP

Description

Farine

Ingrédients : 100 % farine de **Tritordeum** (croisement entre le **blé dur** et l'**orge** sauvage) enrichie en magnésium (E 504)

Structure : Structure compacte

Allergènes : Tritordeum et graines contenant du gluten

Pain

Couleur : Ocre

Odeur : Odeur de pain agréable

Valeurs nutritives pain (par 100 g) :*

Énergie	263 kcal/1114 kJ
Hydrates de carbone	52,6 g
Sucre	1,5 g
Matières grasses	1,8 g
Acides gras saturés	0,16 g
Protéines (Nx6.25)	8,6 g
Fibres alimentaires	3,7 g
Sel	1,2 g
Magnésium	179 mg

* Ces chiffres dépendent de la nouvelle récolte.

Emballage

25 kg



Recette

Pain Sporto

Ingrédients principaux

SPORTO	3 kg
Eau*	2,1 l
Levure	15 g
Sel	51 g

Pétrissage

Spirale	1° vitesse	10'
	2° vitesse	2'

Temps de repos et de levage

Repos	60'
Donner un rabat	
2° repos au réfrigérateur,	16 h
dans des bacs en plastique	
avec couvercle	
Température 2° repos	4°C
Sortir la pâte du réfrigérateur	
3° repos repos à	± 20'
température ambiante	
Peser	500 g
Bouler	
4° repos	± 60'
Donner la forme définitive et disposer sur	
des tapis bien farinés	
Apprêt	± 60'

Cuisson

Température de cuisson	220 °C
Temps de cuisson avec vapeur	30'

* La quantité d'eau dépend de la nouvelle récolte.

