



CHIA VLOER met REX CHIA

Tarwebloem		6.000 g.
REX CHIA		4.000 g.
Zout		150 g.
Gist		180 g.
Water	±	5.600 g.

Decoratie:

TIP TOP TOPPING

Werkwijze:

- Kneadtijd: 6 min. langzaam.
5 min. snel (afhankelijk van het type kneder)
- Deegtemperatuur: 26°C.
- Afwegen: 420 g.
- Bolrijs: 50 min.
- Opmaken tot vloermodel.
- Decoreren met TIP TOP TOPPING.
- Narijs: ± 100 min.
- Schuin insnijden.
- Bakken: 230°C. aflopend met voldoende stoom.
- Baktijd: ± 35 min.

Voedingswaarde per 100 g. gemiddeld:

Energie	1253 kJ / 298 kcal
Vetten	7,3 g.
waarvan verzadigde vetzuren	1,5 g.
Koolhydraten	43,7 g.
waarvan suikers	1,9 g.
Vezels	4,8 g.
Eiwitten	11,3 g.
Zout	1,1 g.

+ Bron van eiwitten

+ Bron van vezels

+ Bron van omega-3 vetzuren

100 g. Chia-vloer bevat 0,99 g. Omega-3 vetzuren.

205 g. Chia-vloer is voldoende om de dagelijks aanbevolen Alfa-linoleenzuur (Omega-3 vetzuren) binnen te krijgen.

Alfa-linoleenzuur draagt bij tot de instandhouding van normale cholesterolgehalte in het bloed. (Verordening (EU) Nr. 432/2012, Health Claim)

Dit gunstige effect wordt verkregen bij een dagelijkse inname van 2 g. Alfa-linoleenzuur. Het regelmatig eten van dit brood, draagt bij aan een gevarieerde, evenwichtige en een gezonde levenswijze.

BROODSPECIALITEITEN

IREKS
p/a Dupon Nederland BV
Industrieweg 81
5591 JL Heeze
NEDERLAND
Tel.: +31 40 226 38 00
Fax: +31 40 226 40 32
info@ireks.nl
www.ireks.nl


IREKS