
БАГЕЛ ЧИА : ЗДРАВЕ И СИЛА С KOMPLET CHIA BREAD 50

210337	ЧИА КОМПЛИТ	880гр.
181809	Инверт захар ASR	60гр.
330101	СУПЕР СИЛНО БРАШНО	1320гр.
450101	ЕКСТРА ВЪРДЖИН ЗЕХТИН – сорт КАЛАМАТА/КОРОНИ	120гр.
	Прясна мая	50гр.
	Вода	1200гр.

НАЧИН НА ПРИГОТВЯНЕ:

Измесваме в тестомесачка за 8 минути на първа скорост и за 2 минути на втора скорост. докато се получи добре хомогенно меко тесто.

Температура на тестото : $\pm 22-24^{\circ}$ C.

Междинна ферментация на тестото: ± 10 минути

Нарязваме по 100гр и оформяме багелс.

Поставяме в хладилника за 12-18 часа.

или във втесвател

Втесвател /: Температура: 33° C Влага(r.h) : 75 % Време: 60 минути

Печене с пара за 12-16мин. : в началото на предварително затоплена фурна на 220° C и после намалявате на 170° C





Chia

Salvia hispanica

Семената ЧИА произхождат от Мексико и на езика на Маите ЧИА означава „СИЛА“. Култивирани са преди колумбийското управление в централна и южна Америка и в продължение на векове са една от важните съставки в храненето на Ацтеките и Маите.

Семената ЧИА са растителен извор на ОМЕГА 3 мастни киселини, протеини и фибри. Сега много вкусен ХЛЯБ с 3,4% ЧИА със следните здравословни характеристики :



Поддържа холиستيرола в нормални нива:

Хлябът ЧИА е природен извор на ОМЕГА 3 мастни киселини с около 3,4% семена ЧИА, съдържащи 1,33% гр. ALA (0,49гр./100kcal), (α-линоленова киселинност), което играе решаваща роля за поддържане на нормални нива на холиستيرола в кръвта. Благоприятните резултати се осигуряват с дневен прием на 2гр. ALA, които съответстват на консумация на 150гр. ХЛЯБ ЧИА в рамките на един разнообразен и балансиран начин на хранене и са задължителна предпоставка за здравословно хранене.

ИЗВОР НА ОМЕГА 3 МАСТНИ КИСЕЛИНИ



Многозърнест много вкусен хляб:

Хлябът „ЗДРАВЕ и СИЛА“ с ЧИА съдържа обработени брашна от: царевича, ръж, пшеница, ленени и тиквени семки, картофи, ечемик и осигурява всичките благословни приоритети на многозърнест хляб. (извор на енергия, условие за диета, антиоксидант, пази от анемия, запазва костната и нервната система, съхранява зрението.)

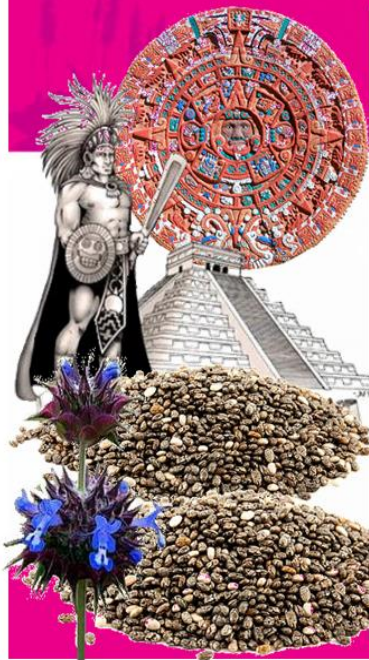
Богат на разтворими фибри:

Многозърнестия хляб „ЗДРАВЕ и СИЛА“ с ЧИА съдържа два пъти повече фибри (около 6,8%) в сравнение с обикновения хляб, осигурявайки правилно действие и работа на храносмилателната система, предпазвайки от рак и други болести на стомаха и червата.

МНОГО БОГАТ ИЗВОР НА ЕНЕРГИЯ

ХЛЯБЪТ НА СИЛАТА С ЧИА : „ЗДРАВЕ И СИЛА“

ЧИА : Енергийната хранителна тайна на Маите



Семената ЧИА-ЧИА, от семейството на ментата, в древността за племената на Маите и Ацтеките са били основен извор на енергия и сила.

Магически семена на бегачите. Ценните семена, бяха лекарство за много болести и ценна монета.

Семената ЧИА съдържат :
-3 пъти повече желязо от спанака,
-6 пъти повече калций от млякото,
-2 пъти повече калий от бананите,
-5 пъти повече магнезий от риба.

Извор на ОМЕГА 3 мастни киселини съдържащ 1,33гр.% α-линоленова киселинност, основен фактор за поддържане на нормалните нива на холиستيرола.

www.almalibre-prof.com

Chia ХЛЯБ ЧИА

С БЛАГОТВОРНИ СЕМЕНА ЧИА



Извор на ОМЕГА 3 мастни киселини, протеини и фибри.



За повече информация и рецепти:

„АЛМА ЛИБРЕ консултантски център“ : 02 9379970 - 9379999



Код: 210337 МНОГОЗЪРНЕСТ „ХЛЯБ ЧИА : ЗДРАВЕ И СИЛА”

Спецификация

Състав: гранулирана царевича, **ръж**, снежинки от картофи, семена чиа (salvia hispanica) 10%, **суха ръжена закваска**, сол, **пшеничен глютен**, леноно семе, **пшеничен зародиш**, тиквени семки на прах, тиквени семки начупен, растителни фибри, **пшенични трици**, **ечемичен малцов екстракт**, **пшенично брашно**, подобрител: аскорбинова киселина, ензими (endo-1,4-β-xylanase)

Може да съдържа следи от: мляко, лупина, соя.

СРЕДНА ХРАНИТЕЛНА СТОЙНОСТ НА НЕПРИГОТВЕН ПРОДУКТ ЗА 100гр. :

ЕНЕРГИЙНОСТ	399KCAL (1671 KJ)
ПРОТЕИНИ	16,3G
ВЪГЛЕХИДРАТИ	42,6 G
ОТ КОИТО ЗАХАРИ	2,6G
МАЗНИНИ	15,1G
ОТ КОИТО НАСИТЕНИ	1,8 G
ФИБРИ	12,4 G
НАТРИЙ	4,31 G

РЕЦЕПТА

210337	ЧИА КОМПЛИТ	5000гр.
	Силно брашно	5000гр.
	Слънчогледово олио	250гр.
	Прясна мая	250гр.
	Вода	7000гр.

НАЧИН НА ПРИГОТВЯНЕ

- Измесваме всички продукти заедно в тестомесачка на първа скорост за 8 минути и за още три минути на втора скорост. (тестото трябва да бъде меко).
 - Температура на тестото : ± 26°C
 - Почивка на тестото около 25 минути
 - Нарязваме тестото на парчета 650 за хляб и поставяме в форми за 1/2к. или размер 80гр. и оформяме схемата която желаем.
поръсват със слънчогледови ядки –или снежини- и поставяте в форми за хляб тостер 500гр.
 - Щоф : Температура: 33° С Влага(g.h) : 70% Време: 45 минути
 - Печене с пара: Температура в начало 240° С и после на 210° С
време : около 50 минути за хляб, около 20мин. за малки хлябове.
- ЗАБЕЛЕЖКА : отваряме таперите след две минути и след пет минути затваряме.

Опаковка : чувал 25кг.

Произведено във Германия. КОМПЛИТ - KOMPLET.

Вносител : АЛМА ЛИБРЕ ЕООД – 1346 София, кв. Волюяк Ул. Зорница 99 тел. 9379999

Срок на годност: виж опаковката

Съхранение – транспортиране : при стайна, температура на сухо.

Сертификати :



Продуктът не съдържа ГМО суровини или съставки, отговаря на всички европейски норми и наредби и е годно за човешка консумация.

София
АЛМА ЛИБРЕ ЕООД



За повече информация и рецепти:
„АЛМА ЛИБРЕ консултански център” : 02 9379970 - 9379999





За повече информация и рецепти:
„ΑΛΜΑ ΛΙΒΡΕ консултански център” : 02 9379970 - 9379999

