



6 CÉRÉALES

PRÉPARATION POUR PAIN SPÉCIAL



TERRAMIE 6 CÉRÉALES : _____ 1 000 g
EAU (environ) : _____ 620 g
LEVURE : _____ 40 g

Pétrissage :

BATTEUR	AXE OBLIQUE	SPIRALE
Frasage en V1 10 mn en V2	5 minutes en V1 12 mn en V2	3 minutes en V1 6 mn en V2
Température de base 57°C	Température de base 60°C	Température de base 57°C

Température en fin de pétrissage : 24-25°C

Pointage : 10 à 20 minutes

Division : Manuelle de préférence ou mécanique

Détente : 15 minutes

Façonnage : Manuel de préférence ou mécanique, une fois façonné, humidifier le pâton et le rouler dans les graines avant de le mettre en barquette ou sur toile

Apprêt : 1h en étuve à 23-24°C

Cuisson : 40 à 45 minutes pour un moule de 500g à 240°C avec buée

Ingredients : Farine de céréales (blé, seigle, avoine, maïs, orge et sarrasin), gluten, blé concassé, graines de lin brun, amidon de blé, dextrose, farine d'orge malté torréfié, fibre de sarrasin, sel de Guérande, poudre de lait, levain de seigle, farine de blé malté, enzymes* (alpha-amylase, hémicellulase, xylanase), acide ascorbique.
Emulsifiants : lécithine de colza, E471, E472e.

*Les enzymes sont des auxiliaires technologiques et ne doivent pas être déclarées dans les produits cuits.



RISQUE ALLERGÈNE : contient du gluten, lait.
Mention à reporter sur l'étiquetage à destination du consommateur

Valeurs nutritionnelles pour 100 g :

Energie : 331 kcal / 1390 kJ	
Matières grasses : 4,9 g	Dont acides gras saturés : 1,4 g
Glucides : 64,4 g	Dont sucres : 1,2 g
Fibres : 4,4 g	Protéines : 15,1 g
Sel : 1,7 g	



WWW.TERRAMIE.COM