



PETIT ÉPEAUTRE BIO

FARINE DE PETIT D'ÉPEAUTRE
ISSU DE L'AGRICULTURE BIOLOGIQUE



FARINE DE PETIT ÉPEAUTRE BIO : ____ 1 000 g
EAU À 35°C : ____ 800 g
LEVURE : ____ 4 g
LEVAIN DUR : ____ 300 g
SEL : ____ 18 g

Pétrissage au batteur à la feuille :

10 minutes en V1
+ 2 minutes en V2 si besoin pour lisser

Pointage :

Dans la cuve du batteur 1h avec 1 tour après 30 minutes

Division / Façonnage :

Avec les mains humides et à la corne déposer la pâte dans les barquettes en bois, lamer aussitôt

Cuisson sans apprêt :

40 minutes + 10 minutes hors du moule



VEILLEZ À BIEN
RESPECTER LES CONSIGNES
DU GUIDE PRATIQUE
POUR LA FABRICATION
DE PRODUITS BIO

Ingédients : Farine de petit épeautre*

* issu de l'agriculture biologique



RISQUE ALLERGÈNE : contient du gluten.

Mention à reporter sur l'étiquetage à destination du consommateur

Valeurs nutritionnelles pour 100 g :

Energie : 341 kcal / 1442 kJ	
Matières grasses : 2,6 g	Dont acides gras saturés : 0,4 g
Glucides : 62 g	Dont sucres : 1,3 g
Fibres : 11 g	Protéines : 12 g
Sel : <0,01 g	



WWW.TERRAMIE.COM