

Maya - Nia

Maya est un mélange prêt à l'emploi. Avec des graines de tournesol, de lin et de sésame.
Les fibres de soja complètent ce mélange.

Nia est un mix foncé prêt à l'emploi à base de blé, de seigle, de graines de lin, de soja, de germes de blé, de maïs et de graines de tournesol. Les graines dans ce mélange donnent une touche croquante et délicieuse.

Recette

1000 g de farine	Eau	Levure	Sel
Maya	510-540 g	20 g	17 g
Nia	550 g	20 g	17 g

Méthode de travail

	Maya	Nia
Pétrissage	3 min. lent	5 min. lent
Pause	25 min.	5 min.
Détente (*)	20 min.	40 min.
Apprêt	70 min.	75 min.
Cuisson	+/- 45 min / 235°C	+/- 35 min. / 230° C

Topform

Topform est un mélange prêt à l'emploi.
Avec de la farine de blé et de seigle, des graines de tournesol, graines de lin, flocon de soja torréfiés, semoule de maïs extrudée, millet, graines de soja torréfiées.

Recette

1000 g de farine	Eau	Levure	Sel
Topform	580 g	20 g	17 g

Méthode de travail

	Topform
Pétrissage	5 min. lent
Pause	25 min.
Détente (*)	15 min.
Apprêt	+/- 60 min.
Cuisson	+/- 50 min / 230°C