

## FJORD



### Beschrijving:

Is een mix voor een uitermate donker typisch Scandinavisch meergranenbrood. Het is een koolhydraat arme bloem, maar wel een bron van eiwitten. De structuur is vast.

### Werkwijze:

1 kg fjord mix  
42g verse gist  
500 g water  
17 g Zout

Meng deze grondstoffen tot een homogeen en goed geknead deeg.

Kneden: 15 min traag en 6 min snel.

Opgelet: Het deeg is normaal zeer vochtig en plakkerig. Men kan om beter te verwerken 100 g witte tarwebloem toevoegen.

Voor broodautomaten minimum 10% witte tarwebloem toevoegen.

### Ingrediënten:

Roggebloem, tarwemeel, zonnebloempitten, geroosterde sojagranules, lijnzaad, tarwegluten, geroosterde roggemoutbloem, geroosterde gerstemoutbloem, zout, specerijen (paprika, chili, peper, komijn, kurkuma, gember), groenten (ui, paprika, knoflook), bouillonpoeder (zout, aroma, salmiak, suiker 0,5%), kruiden, natuurlijk aroma tarwemoutbloem, meelverbeteraar E300, rookaroma, enzymen (tarwe).