



# SEIGLE BIO T130

FARINE DE SEIGLE ISSU DE L'AGRICULTURE BIOLOGIQUE



FARINE DE SEIGLE BIO T130 : \_\_\_\_\_ 1 250 g  
EAU À 45°C : \_\_\_\_\_ 1 000 g  
FARINE BIO T65 : \_\_\_\_\_ 120 g  
LEVURE : \_\_\_\_\_ 10 g  
LEVAIN DUR : \_\_\_\_\_ 750 g  
SEL : \_\_\_\_\_ 18 g

## Pétrissage au batteur :

Fraser tous les ingrédients ensemble sauf la levure et le levain puis incorporer le levain puis la levure et pétrir 5 minutes en V1 + 2 minutes en V2 si besoin pour lisser

## Pointage :

45 minutes

## Pesage / Façonnage :

Déposer en bannetons farinés ou sur toile à gris

## Apprêt :

30 à 45 minutes

## Cuisson :

À chaleur tombante 1h environ en fonction du poids des pièces



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

*Ingédients :* Farine de seigle T130\*

\* 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 : 379 kcal / 1604 kJ	
Matières grasses : 1,4 g	Dont acides gras saturés : 0,2 g
Glucides : 77 g	Dont sucres : 2,1 g
Fibres : 11,7 g	Protéines : 9,1 g
Sel : <0,01 g	



WWW.TERRAMIE.COM