

Backmischung für Vital-Urkorn



ANWENDUNG

Für ein größeres Brot:

400g Backmischung + 300ml Wasser

Für ein kleineres Brot:

260g Backmischung + 200ml Wasser

1. Zutaten in eine Schüssel geben und mit einem Löffel vermengen. Teig mit einem Tuch abgedeckt für 1 Stunde (oder auch über Nacht) quellen lassen
2. Ofen auf 180°C Ober-Unterhitze vorheizen.
3. Teig lässt sich nun zu einem kompakten Brot formen oder in eine kleine Backform geben. Im vorgeheizten Backofen auf der untersten Schiene backen.

Backzeiten: 70 Minuten

Unser Tipp: Bitte erst auskühlen lassen, dann erst anschneiden.



NÄHRWERTTABELLE

Backmischung für Vital-Urkorn

Durchschnittliche Nährwerte pro 100g:

Energie/Energy: kJ /kcal	1787/ 427
Fett/Fats: g	21,9
gesättigte Fettsäuren/ Saturated: g	2,9
Kohlenhydrate/ Carbohydrates: g	32,9
Zucker/Sugar: g	4,2
Ballaststoffe/Fiber: g	13,4
Eiweiss/Proteins: g	18,1
Salz/Salt: g	1,9

ZUTATEN

HAFERflocken, Sonnenblumenkerne, Leinsaat, ROGGENkörner gepufft, SOJAflakes, Kürbiskerne, Apfelpulver, Flohsamenschalen, Meersalz, Chia Saat, ROGGENvollkornsauerteig getr., Säuerungsmittel Äpfelsäure, GERSTENmalzextrakt.

VERTRÄGLICHKEIT

Hergestellt in einem Betrieb in dem auch Ei, Milch, Schalenfrüchte, Erdnüsse, Sesam, Soja, Lupine, Gluten und daraus gewonnene Erzeugnisse verarbeitet werden. Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

WARNHINWEISE

Backmischung kühl, dunkel und trocken lagern. Nach öffnen bitte zeitnah aufbrauchen.

Jetzt gleich nachbestellen unter
www.channel21.de

CHANNEL21 GMBH

Gradestraße 22

30163 Hannover

E-Mail: info@channel21.de

500



17030000

Vital-Urkorn, 1600 g, für 4-6 Brote

5203613000000000

MADE IN GERMANY