IREKS SEEDS & GRAINS

VEGAN

Et produkt - mange muligheder

IREKS

IREKS SEEDS & GRAINS

Kerner og frø forenes her i kernerige brød og lækre snacks

- Rig på kostfibre
- Indeholder 37 % olieholdige frø: solsikkekerner, hørfrø, græskarkerner og sesam
- Bages uden brug af gær

IREKS SEEDS & GRAINS er det ideelle produkt til veganske brød og snacks

Et spændende alternativ til en varieret kost!

VEGAN BRØD

med IREKS SEEDS & GRAINS

IREKS SEEDS & GRAINS	2.500 g
Sirup	100 g
Salt	55 g
Vand	2.100 g
Totalvægt	4.755 g

Ældetid: 4 min.
Dejtemp.: 25 °C
Dejvægt: 600 g
Opslåning: Rulles runde som rugbrød og lægges i aluform (14 x 9 x 7 cm)
Hævetid: 120 min.
Bagetemp.: 220 °C, faldende til 180 °C, med damp
Bagetid: Ca. 50 min. til en kernetemperatur på 98 °C

Fremgangsmåde:

Ingredienserne røres sammen med spartel til dejen er ensartet. Dejen vejes af, rulles op som rugbrød og lægges i form. Brødene glattes ud på toppen, hvis de er ujævne.

Ingredienser:

Vand, **havreflager**, solsikkekerner, hørfrø, **rugkerner**, græskarkerner, sirup (invertsukker, melasse, glucosesirup), psyllium, **sesamfrø**, poppet **spelt**, poppet **rugmalt**, salt tilsat jod, æblefibre, surhedsregulerende middel E 262

Beregnet næringsværdi pr. 100 g brød	
Energi	1134 kJ (272 kcal)
Fedt	13 g
- heraf mættede fedtsyrer	2,0 g
Kulhydrat	24 g
- heraf sukkerarter	2,7 g
Kostfibre	8,0 g
Protein	10 g
Salt	1,4 g

BARER med tranebær og græskar

med IREKS SEEDS & GRAINS

IREKS SEEDS & GRAINS	1.800 g
Sirup	300 g
Mandelsplitter	700 g
Tranebær	750 g
Hasselnødder, hele uden hinde	200 g
Græskarkerner	200 g
Rørsukker	450 g
Vand	600 g
Totalvægt	5.000 g

Ældetid: 1 min. langsomt

Dejvægt: 2.500 g i IREKS gastro bakke

Bagetemp.: 160 °C, indsættes med lidt damp

Bagetid: Ca. 25 min.

Fremgangsmåde:

Bland alle de tørre ingredienser sammen og tilsæt derefter sirup og vand. Det hele røres kort sammen. Massen fordeles i IREKS gastro bakke og glattes ud. Efter bagning og afkøling skæres de ud i ønsket størrelse. Barerne kan med fordel fryses efter bagning.

BARER med papaya og hamp

med IREKS SEEDS & GRAINS

IREKS SEEDS & GRAINS	1.800 g
Papaya	650 g
Rosiner	650 g
Solsikkekerner	550 g
Hampefrø	450 g
Sirup	300 g
Vand	600 g
Totalvægt	5.000 g

Ældetid: 1 min. langsomt

Dejvægt: 2.500 g i IREKS gastro bakke

Bagetemp.: 160 °C, indsættes med damp

Bagetid: Ca. 25 min.

Fremgangsmåde:

Bland alle de tørre ingredienser sammen og tilsæt derefter sirup og vand. Det hele røres kort sammen. Massen fordeles i IREKS gastro bakke og glattes ud. Efter bagning og afkøling skæres de ud i ønsket størrelse. Barerne kan med fordel fryses efter bagning.

KNÆKBRØD

med IREKS SEEDS & GRAINS

VEGAN

IREKS SEEDS & GRAINS	1.000 g
Solsikkekerner	500 g
Hørfrø	500 g
Sesam	500 g
Olie	150 g
Sukker	100 g
Sirup	75 g
Salt	50 g
Vand (ca. 50 °C)	1.500 g
Totalvægt	4.375 g

Ældetid: 10 min. langsomt
Dejtemp.: Ca. 30 °C
Dejvægt: 500 g på catering bageplade

Bagetemp.: 140 °C, med åben spjæld
Bagetid: Ca. 60 min.

Fremgangsmåde:
Alle ingredienserne ældtes sammen. Dejen rulles ud på plader mellem to stykker bagepapir, så tyndt som muligt. Der drysses med topping hvis ønsket.

Topping: Sesam, birkes, frø, krydderier, mel

GRANOLA

med IREKS SEEDS & GRAINS

Lys sirup	925 g
Olie	300 g
IREKS SEEDS & GRAINS	2.500 g
Havreflager	875 g
Mandler	300 g
Totalvægt	4.900 g

Dejvægt: 1.250 g
Bagetemp.: 120 °C
Bagetid: Ca. 35 min.

VEGAN

Fremgangsmåde:

Lys sirup varmes op til ca. 40 °C og olien røres i. De øvrige ingredienser blandes i og det hele røres sammen. Massen fordeles på bageplader med bagepapir og bages i ovnen. Når granolaen er kølet af, hakkes det i stykker og pakkes i en lukket beholder.

FRUGT OG NØDDE GRANOLA

med IREKS SEEDS & GRAINS

Lys sirup	1.250 g
Olie	425 g
IREKS SEEDS & GRAINS	2.500 g
Havreflager	625 g
Rosiner	625 g
Kokosflager	450 g
Mandler	300 g
Cashew nødder	300 g
Totalvægt	6.475 g

Dejvægt: 1.250 g

Bagetemp.: 120 °C

Bagetid: Ca. 35 min.

Fremgangsmåde:

Lys sirup varmes op til ca. 40 °C og olien røres i. De øvrige ingredienser blandes i og det hele røres sammen. Massen fordeles på bageplader med bagepapir og bages i ovnen. Når granolaen er kølet af, hakkes det i stykker og pakkes i en lukket beholder.

11.20 | 600 | 621145 4DK

IREKS

IREKS NORDIC ApS | Broenge 13 | 2635 Ishøj | DANMARK
Tel.: +45 43718270 | info@ireks-nordic.com | www.ireks-nordic.com