



FIT4LIFE® OMEGA® FULDKORNS KERNERUGBRØD



Opskrift: 4.000 g Uno Kerner
4.000 g vand
Sættes i blød 1 -2 timer.

1.600 g groft rugmel
4.000 g FIT4LIFE® OMEGA Koncentrat
2.400 g hvedemel
1.600 g Flydende Rugsur
300 g mørk brødmalt
180 g gær*
4.200 g vand



Fremgangsmåde: Æltetid: 12 min
Dejtemp.: 28 - 30 °C
Liggetid: 15 min

1.100 g Brød: Dejvægt: 1.100 g. Dejen lægges i form 75165 og glettes
Drysses med solsikkekerner/Uno kerner
Rasketid: Ca. 50 min i raskeskab
Bagetid: 45 min i stikovn
Bagetemp.: Indsættes ved 260 °C. Reduceres til 180 °C
Damp: Normal ved indsætning

550 g Brød: Dejvægt: 550 g i lille form
Drysses med solsikkekerner/Uno kerner
Rasketid: Ca. 50 min. i raskeskab
Bagetid: 35 min. i stikovn
Bagetemp.: Indsættes ved 260 °C. Reduceres til 180 °C
Damp: Normal ved indsætning

Ingrediensliste: Vand, **rugkerner**, **rugmel**, **hvedemel**, hørfrø, fermenteret **rugmel**, solsikkekerner, **rugflager**, kartoffelflager, **bygmaltekstrakt**, farin, salt tilsat jod, gær, tørret **rugsurdej**, rapsolie, **hvedegluten**, smagsforstærker (E508), ristet **hvedemalt**, **bygmaltemel**, melbehandlingsmiddel (E300).

Credin A/S

Palsgaardvej 12 · DK-7130 Juelsminde · Denmark · Tel +45 7224 3000
fax +45 7224 3001 · cvr/vat 26447003 · www.credin.dk

Recipe information which is based on our own trials and other application technology information given is, to the best of our knowledge, reliable. However, no guarantees are given, not even in case of negligence on the part of Credin A/S, and users of our products should conduct their own trials to determine whether our products are suitable for the user's purposes.

**Næringsindhold:**

Næringsindhold pr 100 g færdigbagt brød		Alfa-linolensyre (ALA) pr 100 Kcal
Energi	970 kJ/230 kcal	
Fedt	4,4 g	
Heraf mættede fedtsyrer	0,6 g	
Kulhydrater	37 g	
Heraf sukkerarter	2,5 g	
Kostfibre	8,1 g	
Protein	6,9 g	
Salt	0,94 g	
Alfa-linolensyre	0,84 g	0,36 g

Disse oplysninger er vejledende.

Bageren er til enhver tid ansvarlig for at indhente ajourførte oplysninger hos Credin A/S.

Fødevarestyrelsen anbefaler mindst 75 g fuldkorn om dagen som en del af en varieret kost. Produktet indeholder 35 gram fuldkorn pr 100 gram.

Kilde til Omega 3 fedtsyrer er en såkaldt anprisning og må derfor kun bruges, hvis produktet indeholder mindst 0,3 g alfa-linolensyre pr 100 g og pr 100 Kcal. Den gavnlige effekt opnås ved et daglig indtag på 2 gram alfa-linolensyre.

Credin A/S

Palsgaardvej 12 · DK-7130 Juelsminde · Denmark · Tel +45 7224 3000
fax +45 7224 3001 · cvr/vat 26447003 · www.credin.dk

Recipe information which is based on our own trials and other application technology information given is, to the best of our knowledge, reliable. However, no guarantees are given, not even in case of negligence on the part of Credin A/S, and users of our products should conduct their own trials to determine whether our products are suitable for the user's purposes.