

# Recept mesiaca

Pečivo pre všetky zmysly!

Jún 2017

## ČIROKOVÁ BAGETA

Nenápadná bezlepková obilnina čirok, u nás takmer neznámy, je ďalšou šancou ako rozšíriť pestrosť surovín v pekárskom sortimente. Čirok je však najdlhšie pestovanou obilninou, pochádzajúcou z Afriky.

Čirok je zdrojom bielkovín (11 %), minerálnych látok (horčík, železo, fosfor, draslík) a dôležitých prvkov (mangán, meď, selén a zinok). Zaujímavé je aj množstvo vitamínov, predovšetkým B6 a niacínu. Čiroku sa prisudzujú protizápalové a antioxidačné vlastnosti, taktiež znižovanie cholesterolu a hladiny cukru v krvi.



Zmes na výrobu čirokového pečiva, najmä bagiet, ale aj ostatných druhov bežného viaczrnného pečiva. Zmes **ČIROKOVÁ BAGETA** obsahuje štvrtinu čirokovej múky a tretinu slnečnicových semien.



  
**IREKS**

# Recept mesiaca

Pečivo pre všetky zmysly!

Jún 2017

## Odporúčaná receptúra:

Suroviny	Množstvo (kg)
Pšeničná múka	100,000
<b>ČIROKOVÁ BAGETA</b>	<b>50,000</b>
Olej jedlý	8,000
Droždie čerstvé	5,000
Voda pitná	67,000 l

## Odporúčaný technologický postup:

Doba miesenia:	4 min. pomaly + 6 min rýchlo.
Teplota cesta:	28°C
Navážka:	90 g
Odležanie:	10 – 15 min.
Kysnutie:	40 – 45 min.
Teplota pečenia:	230°C
Doba pečenia:	12 – 14 min. s parou

**Spracovateľský postup:** z pripravených surovín vymiesiť stredne voľné cesto na záraz a nechať zrieť. Po vyzretí rozdeliť a nechať chvíľu odležať. Spracovať na rohlíkovacom stroji, bagety rozvárať na požadovanú dĺžku. Vyvárať v posype Slničnica a Posyp Zlatý Ľan v pomere 1:1. Nechať kysnúť na vlnitom plechu, po nakysnutí 2x narezať a piecť s parou.



IREKS ENZYMA, s.r.o.  
Vyšná Šebastová 262  
080 06 Prešov  
SLOVENSKO  
Tel.: +421 517 470 000  
Fax: +421 517 716 168  
ireks@ireks.sk  
www.ireks.sk

**IREKS**