

# GRAINY

*zmes s obsahom cereálnej vlákniny*

# GRAPY

*zmes s obsahom ovocnej vlákniny*

*z červeného hrozna*



V ostatných rokoch môžeme pozorovať vlnu zmien v stravovacích návykoch, predovšetkým snahu o návrat k novej najprirodzenejšej potrave. Dôležitú úlohu v tomto vývoji zohráva bezo sporu vláknina.

**...Výrobky s obsahom vlákniny  
prospejú zdraviu ľudí**

  
**IREKS  
ENZYMA**

# GRAPY GRAINY

## Prečo konzumovať výrobky s vlákninou:

vláknina viaže na seba toxické látky a splodiny látkovej výmeny v črevách človeka a urýchľuje vylučovanie nestráviteľných a škodlivých látok z tela. Dostatočný prívod vlákniny zvyšuje náplň tráviaceho ústrojenstva a vyvoláva pocit sýtosti, čím napomáha znižovaniu telesnej hmotnosti.

## Využitie vlákniny:

vláknina je vhodným doplnkom zdravej výživy človeka pre jej schopnosť znižovania rizika civilizačných ochorení.



## Doporučená receptúra

Zápara: nechať odstáť 150 – 180 min.

Suroviny	GRAPY - chlieb var. 1	GRAINY - chlieb var. 1	GRAPY - chlieb var. 2	GRAINY - chlieb var. 2
GRAPY	15,00 %	-	15,00 %	-
GRAINY	-	10,00 %	-	15,00 %
Saftkorn	20,00 %	10,00 %	-	-
Malzkraft intensiv	-	1,00 % (v prípade tmavého chleba)	-	-
Voda pitná	cca. 37,50 % (35 – 40 °C)	cca. 25,00 % (35 – 40 °C)	cca. 20,00 %	cca. 20,00 %

## Cesto:

Suroviny	GRAPY - chlieb var. 1	GRAINY - chlieb var. 1	GRAPY / GRAINY - chlieb var. 2
Pšeničná múka hladká T 1050	90,00 %	90,00 %	-
Pšeničná múka hladká T 650	-	-	90,00 %
Ražná múka chlebová	10,00 %	10,00 %	10,00 %
Tmavý kvas IREKS	2,00 %	2,00 %	1,80 %
Stabil Top	0,50 – 1,00 %	0,50 – 1,00 %	-
Sol' jemná	2,20 %	2,20 %	2,20 %
Droždie pekárske	3,00 %	3,00 %	2,20 %
Voda pitná	cca. 45,00 %	cca. 50,00 %	cca. 50,00 %

## Doporučený technologický postup pre GRAPY i GRAINY:

Doba miesenia pre var. 1:	6 min. pomaly + 4 min. rýchlo
Doba miesenia pre var. 2:	4 min. pomaly + 6 - 8 min. rýchlo
Teplota cesta:	28 – 29 °C
Doba zrenia:	20 min.
Teplota pečenia:	260 – 210 °C
Doba pečenia:	podľa hmotnosti

# CEREÁLY S OBSAHO M VLÁKNINY



IREKS ENZYMA s.r.o.  
 Vyšná Šebastová 262  
 080 06 Prešov  
 Slovensko  
 Tel.: 00421 51 747 0000  
 Fax: 00421 51 771 6168  
 e-mail: enzyma@enzyma.sk  
 www.ireks.com  
 www.ireks.sk

