Pão Francês Com Zea F (Receita Principal)

952

Ingredientes

Preparo

50kg	Farinha De Trigo
1.5kg	Fermento Biológico Fresco
950g	Sal
29L	Água
500g	Zea F Zea F

Modo de Fazer

01. Colocar todos os ingredientes na masseira.
02. Misturar por 4 minutos em velocidade baixa (velocidade 1).
03. Bater até ponto de véu (aproximadamente 4 minutos) em velocidade alta (velocidade 2) ou cilindrar dando 2 voltas fechadas, 3 voltas médias e 20 voltas abertas.
04. Bolear.
05. Descansar com aproximadamente 30 minutos, cobrindo com um plástico para não ressecar.
06. Dividir em partes de 400g para bengala, 250g para baguete, 67g para pãozinho.
07. Modelar.
08. Fermentar até o ponto (aproximadamente 90 minutos) em assadeiras previamente untadas.
09. Dar o fio (pestana).
10. Fornear por aproximadamente 25 minutos a 210º C (forno lastro).

Dicas

:
- Para baguete: fornear 30 minutos com temperatura a 210ºC.
- Para bengala: fornear 30 minutos com temperatura a 210ºC.
- Outros fornos:
Forno Turbo: aproximadamente 15 minutos a 180ºC
Forno Rototérmico: aproximadamente 15 minutos a 180ºC

OUTROS RENDIMENTOS
- Para 50 Kg de farinha: aproximadamente 204 bengalas de 330 g
- Para 50 Kg de farinha: aproximadamente 328 baguettes de 200 g

Rendimento / Quebra

1230 Unidades de 50 g

Validade

6 horas

Equipamentos

- Masseira
- Forno Com Vapor
- Modeladora
- Cilindro
- Balança

Tabela Nutricional

Porção de 50g contém (em média):		**% VD (*)**
V. Energético (kcal)	140	7
V. Energético (kJ)	587 kJ	7
Carboidratos (g)	28	9
Proteínas (g)	4.7	9
Fibra Alimentar (g)	1.0	4
Sódio (mg)	282	12
Açúcares (g)	0.0 g	**
Açúcares totais (g)	0.0	
Aç adicionados (g)	0.0	0
Gorduras totais (g)	0.7	1
Gorduras saturadas (g)	0.1	1
Gorduras trans (g)	0	0