

# Baguete (Receita Principal)

414

## Ingredientes

### Preparo

150g Fermento Biológico Fresco

3L Água Gelada

5kg Baguete Baguete



## Modo de Fazer

01. Colocar o Zeelandia Baguete e parte da água gelada (2,7 L) aos poucos na masseira e misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 3 minutos.
02. Adicionar o fermento fresco e misturar em velocidade baixa (velocidade 1) por aproximadamente 1 minuto.
03. Adicionar o restante da água gelada (300 ml) aos poucos e bater em velocidade alta (velocidade 2) por aproximadamente 4 minutos ou até atingir o ponto de véu.
04. Dividir a massa em partes de 250 g para baguete e 150 g para banete. Bolear.
05. Cobrir com plástico. Descansar por 30 minutos.
06. Modelar em formato de baguete (60 cm de comprimento com pontas arredondadas) ou em formato de banete (40 cm de comprimento com pontas finas) sobre uma mesa polvilhada com farinha.
07. Decorar com farinha, gergelim branco ou gergelim misto.
08. Colocar os pães em assadeiras tipo canaleta.
09. Fermentar em câmara de fermentação (32°C) por aproximadamente 45 minutos ou até o ponto.
10. Dar o fio (5 cortes para baguete e 3 cortes para banete)
11. Fornear a 200°C por aproximadamente 25 minutos em forno lastro com vapor.

## Dicas

- Outros formatos:

\* Para modelar nos formatos baguetinha e pão bola reduzir a quantidade de água para 2,65 L.

\* Pão Bola: Dividir em partes de 80 g. Não dar descanso de mesa. Umedecer a superfície da massa com água e óleo (70 / 30%). Com auxílio de um vincador formato bola, vincar a massa (não pressionar até o final). Fermentar. Fornear a 200°C por aproximadamente 20 minutos em forno lastro com vapor.

\* Baguetinha: Dividir em partes de 80 g. Umedecer a superfície com água e passar na decoração. Fermentar. Fornear a 200°C por aproximadamente 20 minutos em forno lastro com vapor.

- É possível congelar a massa do pão crua por 30 dias se adicionar 1% de Zea Massa Congelada sobre o peso da pré-mistura. Pode ser necessário aumentar a dosagem do fermento e reduzir a dosagem de água. Recomenda-se o uso de equipamentos adequados tais como ultra congelador e câmara de fermentação.

## Rendimento / Quebra

33 Unidades de 190 g

## Validade Sugerida

6 horas

## Equipamentos

Masseira

---

Forno Com Vapor

---

Modeladora

---

Balança

---

Assadeira Para Baguete

---

Cortador De Pestana

---

Câmara De Fermentação

---

## Tabela Nutricional

<b>Porção de 50g contém (em média):</b>	<b>% VD (*)</b>	
V. Energético (kcal)	133	7
V. Energético (kJ)	553 kJ	7
Carboidratos (g)	28	9
Proteínas (g)	3.7	7
Gord. Monoinsat (g)	0.1 g	0
Gord. Poliinsat (g)	0.4 g	0
Colesterol (mg)	0	0
Fibra Alimentar (g)	0.6	2
Sódio (mg)	287	12
Açúcares (g)	0.9 g	**
Açúcares totais (g)	0.8	
Aç adicionados (g)	0.0	0
Gord. monoinsatu (g)	0	0
Gord. poli-insat (g)	0.1	1
Gord. monoinsaturadas (g)	0	0
Gord. poliinsaturadas (g)	0.1	1
Gorduras monoinsaturadas (g)	0	0
Gorduras poliinsaturadas (g)	0.1	1
Gorduras totais (g)	0.8	1
Gorduras saturadas (g)	0.3	2
Gorduras trans (g)	0	0