

Omschrijving

POMPOENBROOD THUISBAKKEN MET COOK & BAKE.

Veel of weinig tijd? Bak op je eigen tempo! Bak zelf je eigen brood met de easy peasy all-in broodmix van Cook & Bake. Laagdrempelig artisaanaal leren bakken met Cook & Bake wanneer je de tijd kan nemen. Deze mix is ideaal om makkelijk de kneedtechniek onder de knie te krijgen. Heb je momenteel weinig tijd? Gebruik deze mix voor in je broodbakmachine. Dit is een mix die je kan instellen op een kort programma.

Leer en ontdek hoe makkelijk thuisbakken kan zijn!

Gebruiksaanwijzingen

Broodmix / Mélange pour pain	400g	500g	600g
Water / Eau	240ml	300ml	360ml
Gewicht brood / Poids du pain	600g /640g	750g /800g	960g /1000g

Bereiding met de hand

Bepaal de grootte van het brood. Kneed de gewenste hoeveelheid broodmix en lauw water ($\pm 40^{\circ}\text{C}$) tot een soepele massa. Voeg extra water toe als het deeg tijdens het mengen té droog lijkt. Dek het deeg bij voorkeur af met plastic en laat het 30-40 minuten rijzen. Druk het deeg plat, breng het in de juiste vorm en laat het ± 40 minuten in een ingevette broodvorm rijzen onder plastic. Baktijd: in een voorverwarmde oven op $\pm 200^{\circ}\text{C}$ gedurende 30-35 minuten. Haal het brood uit de broodvorm en laat het afkoelen op een rooster.

Bereiding in de broodmachine

Bepaal de grootte van het brood, de kleur van de korst en het programma op de broodmachine. Doe **eerst** de gewenste hoeveelheid **koud water** (max. 20°C) en **pas daarna broodmix** in de broodmachine. Start de broodmachine. Haal het brood uit de broodvorm nadat het programma is afgelopen en laat het afkoelen op een rooster.

Gemiddelde voedingswaarden bereid product / Valeur nutritive moyenne de produit préparé

per 100 g / par 100g		per 35g / par 35
energie / énergie	1043kJ / 247kcal	365kJ / 86kcal
eiwitten / protéines	9,8g	3,4g
koolhydraten / hydrates de carbone	42,9g	15,0g
waarvan: suikers / dont : sucres	2,1g	0,7g
vetten / lipides	3,3g	1,2g

waarvan: verzadigd / dont : graisses saturées /	0,7g	0,2g
enkelvoudig onverzadigd / graisses monosaturées /	1,9g	0,7g
meervoudig onverzadigd / graisses polysaturées /	0,8g	0,3g
voedingsvezels / fibres alimentaires	3,0g	1,1g
natrium / sodium	0,7g	0,2g

1 portie (35g) bevat / 1 portion (35g) contient

Energie: 4,3%

Suikers: 0,8%

Vetten: 1,7%

Verzadigde vetten: 1%

Natrium: 8,3%

*GDA: % van de Dagelijkse Voedingsrichtlijn (GDA) voor een volwassene op basis van een gemiddelde behoefte van 2000 kcal.

Tenminste houdbaar tot: zie zijkant van jouw verpakking