

# Franske twister

## Grunddej

Fransk hvedemel	8.800 g
IREKS CIA 10	1.100 g
ROGGEN-MALZ-SAUERTEIG	200 g
RUGOMALT	150 g
Gær	150 g
Vand (ca.)	7.000 g

De sidste 4 min æltes følgende med:

Ristede solsikkekerner	1.000 g
Hørfrø	500 g
Havregryn	500 g

## Topping

Solsikkekerner, hørfrø og havregryn, 1/3 af hver

Æltetid: 8 min. langsomt + 5 min. hurtigt

Dejtemp.: 25 °C

Liggetid: Ca. 60 min.

Dejvægt: 600 g

Hviletid: Ca. 15 min.

Opslåning: Twistes

Rasketid: Natten over på køl i dejklæde.

Bagetemp.: 220 °C

Bagetid: Ca. 35 min.

Fremgangsmåde: Efter liggetiden hakkes dejen af, brødene twistes og vendes i topping. Derefter liggendes de i dejklæde og sættes på køl til dagen efter.

OPSKRIFT SERVICE

IREKS BAGE CENTER  
SKANDINAVIEN  
Broenge 13  
2635 Ishøj  
DANMARK  
Tel.: +45 43718270  
Fax: +45 43718370  
info@ireks.dk  
www.ireks.dk

  
**IREKS**

Fortsættes på næste side

**Beregnet næringsværdi pr. 100 g brød inkl. topping:**

Energi	1.186 kJ ( 281 kcal)
Fedt	6,8 g
- heraf mættede fedtsyrer	0,9 g
Kulhydrat	42,3 g
- heraf sukkerarter	3,1 g
Kostfibre	3,9 g
Protein	10,7 g
Salt	1,5 g



**OPSKRIFT SERVICE**

IREKS BAGE CENTER  
SKANDINAVIEN  
Broenge 13  
2635 Ishøj  
DANMARK  
Tel.: +45 43718270  
Fax: +45 43718370  
info@ireks.dk  
www.ireks.dk



**IREKS**