

KOMPLET Chia-Brot und Gebäck 40 %

Das Besondere mit Biss!

40%ige Vormischung zur Herstellung
von Chia-Brot und Gebäck

Omega-3



KOMPLET





Was ist Chia?

Chia (salvia hispanica) ist eine Pflanzenart aus der Gattung des Salbei und stammt ursprünglich aus Mexiko.

Es gibt weiße und schwarze Samen. Bei den Azteken war Chia eine wichtige Nahrungspflanze, geriet aber fast wieder in Vergessenheit. Mittlerweile wird es in ganz Südamerika und Australien wieder kultiviert.

Chiasamen sind für den Menschen ein wichtiger Lieferant von Omega-3-Fettsäuren.

Im Geschmack sind Chiasamen leicht nussig und besitzen einen hohen Sättigungsgrad.

Warum Chia?

Chiasamen enthalten wertvolle Omega-3-Fettsäuren (Alpha-Linolensäure). Diese Alpha-Linolensäure trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei.

Mit einer täglichen Aufnahme von 2 g Alpha-Linolensäure stellt sich diese positive Wirkung ein.

Dies erreichen Sie mit ca. 3 Scheiben Brot à 50 g bzw. ca. 2 Gebäckstücken à 70 g aus unseren fertig gebackenen Chia-Brot / -Gebäck Rezepturen.

Chia-Brot

Rezeptur für 30 Stück à 500 g

	Grundsauer für kräftigen Brot- geschmack	Grundsauer für milden Brot- geschmack	Anlagen- sauer
Teig:			
KOMPLET Chia Brot & Gebäck 40 %	4.000 g	4.000 g	4.000 g
Weizenmehl Type 700	3.600 g	5.000 g	5.000 g
Grundsauer TA 160/16 S°	4.000 g	2.000 g	- g
Anlagensauer TA 220/27 S°	- g	- g	2.250 g
Pflanzenöl	250 g	250 g	250 g
Hefe	250 g	250 g	250 g
Wasser	ca. 5.650 g	ca. 6.300 g	ca. 6.000 g
Gesamtteig	ca. 17.750 g	ca. 17.800 g	ca. 17.750 g
Dekor:			
Sesamsaat	250 g	<	<
KOMPLET Chia Brot & Gebäck 40 %	250 g	<	<
Gesamtdekor	500 g	<	<

Verarbeitung:

Aus allen Zutaten des Teiges einen Teig bereiten und ruhen lassen.

Knetzeit (Spirale): 8 Minuten 1. Stufe
3 Minuten 2. Stufe

Teigtemperatur: 26 °C

Teigruhe: 25 Minuten

Nach der Teigruhe Teig verwiegen und entsprechend der gewünschten Brotform weiterverarbeiten. Anschließend anfeuchten, in der Dekormischung wälzen (ca. 15 g pro Stück), in Brotformen oder Kästen setzen und auf Gare stellen.

Teigeinwaage: 600 g für 500 g Brote

Stückgare: 35 - 45 Minuten bei 30 °C
und 70 % r.F.

Die LAIBBROTE auf Abziehapparate stürzen, wenn gewünscht einschneiden und mit Schwaden schieben.

KASTENBROTE nach der Gare ebenfalls schneiden und mit Schwaden schieben.

Nach 2 Minuten den Zug für 5 Minuten öffnen.

Backtemperatur: 240 °C
fallend auf 200 °C

Backzeit: 50 Minuten

Verkehrsbezeichnung: Weizenmischbrot mit ca. 3,4 % Chiasamen (*Salvia hispanica*)

Allergene: Gluten (Roggen, Weizen, Gerste), Sesam

Beispiel:
Nährwerte pro 100 g Brot/Rezeptur Anlagensauer

Energie	1109 kJ / 263 kcal
Fett	7,2 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,8 g
Kohlenhydrate	37 g
davon Zucker	0,8 g
Eiweiß	10 g
Salz	1,5 g

Die Nährwertangaben unterliegen den natürlichen Schwankungen von Rohstoffen.

Bitte bei Werbung beachten:

Falls Sie gesundheitsbezogene Werbung zu diesen Produkten machen, müssen zu den normalen Angaben noch folgende Pflichthinweise erwähnt werden:

Bei verpackter Ware:

- Nur im Rahmen einer abwechslungsreichen und ausgewogenen Ernährung empfohlen.
- Durchschnittlich empfohlene Tagesverzehrportion liegt bei 2 g Alpha-Linolensäure. Dies erreichen Sie mit ca. 3 Scheiben Brot à 50 g bzw. ca. 2 Gebäckstücken à 70 g

Bei loser Ware ist kein Hinweis nötig!





Chia-Roggenmischbrot

Rezeptur für ca. 29 Brote à 500 g

Teig:

KOMPLET Chia Brot & Gebäck 40 %	4.000 g
Weizenmehl, Type 550	2.500 g
Roggenmehl, Type 997	1.500 g
Grundsauer TA 160 / 16 S°	3.000 g
Pflanzenöl	250 g
Hefe	200 g
Wasser	ca. 6.100 g

Gesamtteig ca. 17.550 g

Dekor:

KOMPLET Chia Brot & Gebäck 40 %	300 g
Sesamsaat	300 g

Gesamtgewicht ca. 18.150 g

Nährwerte pro 100 g Brot:

Energie	1106 kJ / 262 kcal
Fett	7,3 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,8 g
Kohlenhydrate	37 g
davon Zucker	0,9 g
Eiweiß	9,8 g
Salz	1,5 g

Die Nährwertangaben unterliegen den natürlichen Schwankungen von Rohstoffen.

Verarbeitung:

Aus allen Zutaten einen Teig bereiten und ruhen lassen.

Knetzeit (Spirale): 8 Minuten 1. Stufe
3 Minuten 2. Stufe

Teigtemperatur: 26 °C

Teigruhe: 20 - 25 Minuten

Nach der Teigruhe Stücke abwiegen, länglich aufarbeiten, anfeuchten, in der Dekormischung wälzen (ca. 30 g pro Stück), in Kästen setzen und auf Gare stellen.

Teigleinwaage: 600 g für 500 g Brote

Stückgare: 35 - 45 Minuten bei 30 °C und 70 % r.F.

Nach der Stückgare mit Schwaden abbacken. Nach 2 Minuten den Zug für 5 Minuten öffnen.

Backtemperatur: 240 °C fallend auf 200 °C

Backzeit: 50 Minuten

Verkehrsbezeichnung: Roggenmischbrot mit ca. 3,5 % Chiasamen (*Salvia hispanica*)

Allergene: Gluten (Roggen, Weizen, Gerste), Sesam



Chia-Burger

Rezeptur

Teig:

KOMPLET Chia Brot+Gebäck 40%	1.000 g
Weizenmehl T 700	1.500 g
BM Kaisertraum	60 g
Butter	160 g
Zucker	80 g
Hefe	80 g
Wasser	1.350 g

Gesamtgewicht 4.230 g

Dekormischung:

50% Sesam , 50% Chia Brot und Gebäckmix

Verarbeitung:

Aus allen Zutaten einen Teig bereiten und kurz ruhen lassen.

Knetzeit: 5 Minuten 1. Stufe
5 Minuten 2. Stufe

Teigtemperatur: 26 °C

Teigruhe: 15 Minuten

Nach der Teigruhe Ballen abwägen rund wirken und entspannen lassen.

Teigeinwaage: 2.400 g Presse /
80 g pro Stück

Ballengare: 15 Minuten

Nach der Ballengare aufpressen, die Teiglinge befeuchten und mit der vorbereiteten Dekormischung bestreuen. Anschließend auf Gare stellen.

Stückgare: ca. 90 Minuten (Vollgare)
mit wenig Schwaden einschießen.

Backzeit: ca. 18 Minuten

Backtemperatur: ca. 220 °C

Verkehrsbezeichnung: Weizenmischbrötchen mit ca. 3,9 % Chiasamen (*Salvia hispanica*)

Allergene: Gluten (Roggen, Weizen, Gerste), Sesam, Milch

Nährwerte pro 100 g Brot:

Energie	1059 kJ / 251 kcal
Fett	7,7 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,1 g
Kohlenhydrate	44 g
davon Zucker	3,4 g
Eiweiß	12 g
Salz	1,7 g

Die Nährwertangaben unterliegen den natürlichen Schwankungen von Rohstoffen.



Chia-Croissant

Rezeptur

Teig:

KOMPLET Chia Brot+Gebäck 40%	1.000 g
Weizenmehl T 700	1.500 g
BM Kaisertraum	60 g
Backmargarine	100 g
Hefe	100 g
Zucker	20 g
Wasser (kalt)	1.300 g

GESAMT 4.080 g

Zum Tourieren:

Zieh fett 500 g

Dekormischung:

50% Sesam, 50% Chia Brot und Gebäckmix

Verarbeitung:

Aus allen Zutaten ein Teig bereiten und kurz ruhen lassen.

Knetzeit: 4 Minuten 1. Stufe
5 Minuten 2. Stufe

Teigruhe: 10 Minuten

Nach der Teigruhe in den Teig 500 g Ziehmargarine eintourieren (3 einfache Touren) und kühl stellen (ca. 4 °C).

Teigruhe: 60 Minuten

Nach der Teigruhe den Teig auf 3,5 mm ausrollen, die Croissants formen, befeuchten und mit der vorbereiteten Dekormischung bestreuen. Anschließend auf Gare stellen:

Garzeit: ca. 60 Minuten

Backtemperatur: ca. 210 °C

Backzeit: ca. 20 Minuten

Verkehrsbezeichnung: Plundergebäck mit ca. 3,3 % Chiasamen (*Salvia hispanica*)

Allergene: Gluten (Roggen, Weizen, Gerste), Sesam

Nährwerte pro 100 g Brot:

Energie	1672 kJ / 399 kcal
Fett	20 g
davon gesättigte Fettsäuren	6,6 g
Kohlenhydrate	41 g
davon Zucker	1,7 g
Eiweiß	12 g
Salz	1,7 g

Die Nährwertangaben unterliegen den natürlichen Schwankungen von Rohstoffen.



Chia-Weckerl

Rezeptur für 210 Stück à 68 g

Teig:

KOMPLET Chia Brot & Gebäck 40 %	4.000 g
Weizenmehl Type 700	6.000 g
KOMPLET Kaisertraum	300 g
Speiseöl	200 g
Hefe	300 g
Wasser	ca. 5.800 g

Gesamtteig ca. 16.600 g

Dekor:

Sesamsaat	600 g
KOMPLET Chia Brot & Gebäck 40 %	600 g

Gesamtdekor 1.200 g

Gesamtgewicht ca. 17.800 g

Nährwerte pro 100 g Brot:

Energie	1099 kJ / 261 kcal
Fett	7,7 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,9 g
Kohlenhydrate	35 g
davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	10 g
Salz	1,8 g

Die Nährwertangaben unterliegen den natürlichen Schwankungen von Rohstoffen.

Verarbeitung:

Aus allen Zutaten des Teiges einen Teig bereiten und ruhen lassen.

Knetzeit (Spirale): 3 Minuten 1. Stufe
5 Minuten 2. Stufe

Teigtemperatur: 27 °C

Teigruhe: 15 Minuten

Nach der Teigruhe Ballen abwiegen, rund wirken und entspannen lassen.

Teigeinwaage: 2.400 g

Ballengare: 10 Minuten

Nach der Ballengare mit der Teigteilmaschine abpressen oder rund wirken, die Teiglinge mit Wasser anfeuchten, in der Dekormischung wälzen (ca. 5 g pro Stück), auf die vorbereiteten Lochbleche setzen und auf Gare stellen.

Stückgare: 35 - 45 Minuten bei 30 °C und 70 % r.F.

Backtemperatur: 10 °C unter Gebäckbacktemperatur

Backzeit: ca. 21 Minuten

Verkehrsbezeichnung: Weizenmischbrötchen mit ca. 3,9 % Chiasamen (*Salvia hispanica*)

Allergene: Gluten (Roggen, Weizen, Gerste), Sesam

Meistertipp:

Durch ein Quellstück (2.000 g **KOMPLET Chia Brot & Brötchen 40 %** und 2.000 g warmes Wasser, Quellzeit 60 Minuten) erhält man trockenere Teige und eine noch bessere Frischhaltung.

Diese Chia-Weckerl Grundrezeptur eignet sich auch zur Herstellung von Stangen oder Baguette mit 150 - 250 g Teigeinwaage.



Dänisches Weckerl

Rezeptur für 45 Stück à 65 g

Teig:

Chia-Weckerl Teig aus
KOMPLET Chia Brot & Brötchen 40 % 3.000 g
 (siehe Rezeptur für Chia-Weckerl)

Zum Einziehen:

Ziehmargarine, Platte 450 g

Dekor:

Sesam-Mohn-Mischung (1:1)
 bzw. weißer Mohn 160 g

Gesamtgewicht 3.610 g

Nährwerte pro 100 g Brot:

Energie	1660 kJ / 396 kcal
Fett	21 g
davon gesättigte Fettsäuren	7,1 g
Kohlenhydrate	39 g
davon Zucker	1,2 g
Eiweiß	11 g
Salz	1,5 g

Die Nährwertangaben unterliegen den natürlichen Schwankungen von Rohstoffen.

Verarbeitung:

Aus allen Zutaten der Rezeptur für Chia-Brötchen einen Teig bereiten und ruhen lassen.

Knetzeit (Spirale): 3 Minuten 1. Stufe
 6 Minuten 2. Stufe

Teigtemperatur: 24 °C

Teigruhe: 10 Minuten

Nach der Teigruhe die Ziehmargarine mit drei einfachen Touren einziehen. Danach den Teig in die Kühlung geben und ca. 15 Minuten entspannen lassen. Nun den Teig auf 40 cm Breite und 4,5 mm Dicke ausrollen, auf dem Tisch ausbreiten und längs in der Mitte teilen, so dass zwei Streifen mit je 20 cm Breite entstehen. Anschließend den Teig von oben 6 cm breit einschlagen. Darauf achten, dass der Schluss unten ist. Jetzt den Teigstrang in ca. 6 cm breite Stücke einteilen und schneiden. Die Oberfläche der Teiglinge anfeuchten, die Teigstücke in weißen Mohn oder Sesam-Blaumohn-Mischung (ca. 3,5 g pro Stück) drücken, auf mit Backpapier belegte Backbleche absetzen und auf Gare stellen.

Stückgare: 35 - 40 Minuten bei
 30 °C und 70 % r.F.

Nach der Stückgare mit Schwaden abbacken.

Backtemperatur: 10 °C unter Brötchenbacktemperatur

Backzeit: 23 - 25 Minuten

Verkehrsbezeichnung: Plundergebäck mit ca. 2,8 % Chiasamen (*Salvia hispanica*)

Allergene: Gluten (Roggen, Weizen, Gerste), Sesam



Chia-Sandwich

Rezeptur

Teig:

KOMPLET Chia Brot+Gebäck 40%	4.000 g
Weizenmehl T 700	6.500 g
Butter	600 g
Zucker	200 g
Honig	150 g
BM Kaisertraum	200 g
Hefe	320 g
Wasser	5.200 g

Gesamtgewicht 16.670 g

Dekormischung:

50% Sesam
50% Chia Brot und Gebäckmix

Verarbeitung:

Aus allen Zutaten einen Teig bereiten und nach kurzer Teigruhe verwiegen.

Knetzeit: 5 Minuten 1. Stufe
5 Minuten 2. Stufe

Teigtemperatur: 26 °C

Teigruhe: 15 Minuten

Nach der Teigruhe Stücke abwiegen und je nach gewünschter Methode (z.B. 4 Piece Methode) zu Sandwich-Brotten verarbeiten, mit der vorbereiteten Dekormischung bestreuen, in Toastformen setzen und auf Gare stellen.

Teigeinwaage: 600 g – 750 g
abhängig von Kastenform

Garzeit: ca. 60 Minuten

Nach der Stückgare abbacken und sofort Unterhitze reduzieren.

Backzeit: ca. 35 - 40 Minuten
Backtemperatur: ca. 210 °C

Verkehrsbezeichnung: Weizenbrot mit ca. 3,6 % Chiasamen (*Salvia hispanica*)

Allergene: Gluten (Roggen, Weizen, Gerste), Sesam, Milch

Nährwerte pro 100 g Brot:

Energie	1140 kJ / 271 kcal
Fett	5,2 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,8 g
Kohlenhydrate	43 g
davon Zucker	3,2 g
Eiweiß	11 g
Salz	1,6 g

Die Nährwertangaben unterliegen den natürlichen Schwankungen von Rohstoffen.



KOMPLET Mantler GmbH & Co KG

A-3573 Rosenberg 12



+43 2982 2901-0 Fax DW 30



office@mantler-komplet.at

www.mantler-komplet.at

