

# Baguete de Birra

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 50g (1fatia)

Quantidade por porção

%V.D. (\*)

Valor energético	140 Kcal – 588 KJ	7%
Carboidratos	26g	9%
Proteínas	7,1g	9%
Gorduras Totais	0,7g	1%
Gorduras Saturadas	0,0	0%
Gordura Trans	nd (**)	VD não estabelecido
Fibra Alimentar	0	0
Sódio	233mg	10%



## Modo de Fazer:

### Amassamento

- Misturar todos os ingredientes 5min em primeira velocidade.
- Amassar 7min em segunda velocidade.
- Acrescentar o pimentão e a alcachofra no fim do amassamento.

### Primeira Fermentação

- 1h 30min.

### Manutenção

- Pesar 300g. E pré-modelar em filão.
- Deixar descansar 15min.
- Modelar em baguetes.

### Segunda Fermentação

- 1h.

### Forneamento

- Fornear a 230°C com vapor por aproximadamente 20min.

### Rendimento

- Aproximadamente 7 unidades.

## Ingredientes:

- 1.000g de Farinha de trigo especial
- 600g de Cerveja
- 5g de Fermento
- 20g de Sal
- 300g de Levedura
- 200g de Pimentão
- 100g de Alcachofra