Хлеб домашний

	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
На 400 г	1814	45.8	44.7	307.0
На 100 г	453.4	11.4	11.2	76.8

Ингредиенты

Мука пшеничная - 400 граммов
Сахарный песок - 25 граммов
Соль поваренная пищевая - 10 граммов
Дрожжи сухие - 10 граммов
Масло подсолнечное - 40 граммов
Вода - 150 граммов

Процент потерь по массе: 60 %

Описание

Замешать и дать подойти 1 час, после на противне при температуре 30 С дать подойти еще 45 минут(накрыть пленкой, чтобы не засох)
Потом выпекать при температуре 200 15 минут, затем при температуре 180 еще 15 минут.

Инструкция по приготовлению

© 2013-2024 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru