

simplyfree[®]
BALANCE

5-7
BROTE

Meine Lieblings

GOLDKRUSTE HASELNUSS

Deluxe

GOLDENE
LEINSAMEN



Serviervorschlag



✓ GOLDENE KRUSTE

✓ INNEN SAFTIG WEICH

Nur rd. 3g Kohlenhydrate
pro Scheibe



Nur Wasser
zugeben



Handwerksqualität
aus Deutschland



Backmischung mit verringertem Kohlenhydratgehalt:
70% weniger Kohlenhydrate im Vergleich zu herkömmlichem Weizenmischbrot (46g KH/100g)

simplyfree[®]
BALANCE

BACKANLEITUNGEN GOLDKRUSTE HASELNUSS

BROTSTANGE

200g Backmischung + 180 ml Wasser
vermengen und 1 Minute kneten

Arbeitsfläche mit Nussmix oder Mehl bestäuben,
Hände befeuchten und Teig zu Brotstange formen

Brotstange auf ein Backblech absetzen, mit
Küchentuch abdecken und 30 Minuten an
einem warmen Ort gehen lassen

Ofen vorheizen und Stange anschließend backen

Backtemperatur: 180 °C Ober-/Unterhitze
Backzeit: 30-40 Minuten

10 Minuten auskühlen lassen & genießen!

TIPP: Backen Sie mehrere Stangen auf einmal
und frieren Sie einen Teil davon für später ein



BROT LAIB

300g Backmischung + 270 ml Wasser
vermengen und 1 Minute kneten

Arbeitsfläche mit Nussmix oder Mehl bestäuben,
Hände befeuchten und Teig zu Brotlaib formen

Brotlaib auf ein Backblech absetzen, mit
Küchentuch abdecken und 30 Minuten an
einem warmen Ort gehen lassen

Ofen vorheizen und Brotlaib anschließend backen

Backtemperatur: 180 °C Ober-/Unterhitze
Backzeit: 50-60 Minuten

10 Minuten auskühlen lassen & genießen!

TIPP: Backen Sie mehrere Brotlaibe auf einmal
und frieren Sie einen Teil davon für später ein.



simplyfree Körperbewusste Ernährung leicht gemacht

Zutaten: Pflanzeneiweiß (WEIZEN), SOJAMEHL, HASELNUSSBRUCH (12%), SOJASCHROT, DINKELVOLLKORNMehl, Goldleinsamen (6%), Sonnenblumenkerne, SESAM, ROGGENMEHL, WEIZENKLEIE, getrockneter Sauerteig (ROGGENMEHL, fermentiert), Trockenhefe, Speisesalz, GERSTENMALZMEHL.

Hergestellt in einem Betrieb in dem auch Lupine und glutenhaltiges Getreide verarbeitet werden.

Nährwerte	pro 100g zubereitet	pro Scheibe (25g)
Energie	1045kJ/ 250kcal	261kJ/ 63kcal
Fett	12g	3,0g
davon gesättigte		
Fettsäuren	1,8g	0,5g
Kohlenhydrate	11g	2,8g
davon Zucker	1,8g	0,5g
Ballaststoffe	5,1g	1,3g
Eiweiß	22g	5,5g
Salz	1,0g	0,2g

Alle Angaben unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.

Backmischung kühl, dunkel und trocken lagern.
Nach Anbruch stets verschließen und in wenigen Wochen verbrauchen.

Füllhöhe technisch bedingt. Ungeöffnet
mindestens haltbar bis: Siehe Aufdruck.

(Alle Angaben unterliegen den bei
Naturprodukten üblichen Schwankungen)

Mein Tipp für Sie:
Lagern Sie Ihr Brot in ein Küchentuch
eingeschlagen im Kühlschrank.
So bleibt es lange frisch und lecker!



Getoastet ist unser Brot
ein besonderer Genuss!

OFT LÄNGER GUT
Retten Sie Lebensmittel
SCHAUEN - RIECHEN - SCHMECKEN

Jetzt nachbestellen:

0800 29 888 88

0800 27 888 88

Viele weitere körperbewusste Lebensmittel finden Sie auf www.simplyfree.shop

Ein Qualitätsprodukt der Innoport GmbH / Seeholzstr. 2 b / D-82166 Gräfelfing

Backmischung



459062

1500g