



Wintercrunch

Rezept-Nr: 18014

	Grundrezept	Betriebsrezept	Kalkulation
Mandeln, ganz	0,350 kg	kg	€
Cashewkerne	0,350 kg	kg	€
Walnuss, Bruch	0,300 kg	kg	€
MANI-mix	0,500 kg	kg	€
Zimt	0,010 kg	kg	€
Gesamtmenge:	1,510 kg	kg	€

Herstellungshinweis:

Aufarbeitung	Grundparameter	Betriebsparameter
Backtemperatur	190°C	
Backzeit	ca. 12 Min.	
Schwaden	ohne Schwaden	

Aufarbeitung:

- Main-Mix und Zimt miteinander vermischen und die anderen Zutaten untermischen.
- Alles flach aber eng zusammen auf Blechen mit Papier verteilen und backen.
- Nach dem Backen auskühlen lassen und dann zu kleinen Stücken hacken oder brechen.

TIPP:

- Nussmischung kann nach belieben variieren.

100g Gebäck enthalten durchschnittlich:

Brennwert: 2.647 kJ / 632 kcal

Eiweiß	15,3 g
Kohlenhydrate	41,7 g
davon Zucker	24,1 g
Fett	42,7 g
davon gesättigte Fettsäuren	3,9 g
Ballaststoffe	5,6 g
Natrium	0,0 g
Broteinheiten	3,5 BE