	FICHE TECHNIQUE **FREEKEH**	
	Réf info : T2307428 Code produit : COR4880 Code vrac : 91F0132	Créée le : 06.01.20 (KW) Révisée le : 22.01.20 (1) (KW) Page 1 / 1

Edité le 22/01/20

Fiche technique établie selon la réglementation 1169/2011

DESCRIPTION

Préparation à base de blé dur vert récolté avant qu'il arrive à maturation. Une fois cueillis, les graines sont légèrement brûlées afin d'enlever facilement l'enveloppe et de leur donner un goût fumé.
Origine blé : Turquie

LISTE DES INGREDIENTS et DECLARATION DES ALLERGENES

Blé dur vert (**gluten**).

DECLARATION LEGALE

Freekeh (**gluten**)

DOSAGE

Dosage pour un sac : 5kg de mélange pour 12.5L d'eau + 500 ml d'huile de votre choix.
Dosage pour un bac GN1/1 6cm : 1kg de mélange pour 2.5L d'eau + 100 ml d'huile de votre choix.

PREPARATION

Cuisson créole : Faite bouillir de l'eau avec l'assaisonnement de votre choix. A ébullition ajouter le freekeh et laisser bouillir à feux doux 20 minutes, laisser gonfler 5 minutes. Egoutter, puis servir.

Cuisson en sauteuse : Faite bouillir l'eau, l'huile et l'assaisonnement de votre choix. A ébullition ajouter le freekeh, couvrir et laisser bouillir à feux doux 20 minutes. Couper le feu et laisser gonfler 5 minutes avant d'égrainer, puis servir.

Cuisson au four départ à chaud : mélanger le freekeh avec l'eau bouillante, l'huile et l'assaisonnement de votre choix, dans un bac gastro et couvrir. Cuire au four en chaleur sèche et à couvert à 160°C pendant 30 à 35 minutes.
Laisser gonfler 5 minutes avant d'égrainer, puis servir.

Cuisson au four départ à froid : mélanger le freekeh avec l'eau, l'huile et l'assaisonnement de votre choix, dans un bac gastro et couvrir. Cuire au four en chaleur sèche et à couvert à 160°C pendant 60 minutes. Laisser gonfler 5 minutes avant d'égrainer, puis servir.

CARACTERISTIQUES PHYSICO-CHIMIQUES

Humidité	4h00 à 70°C sous vide	: < 14 %
Calibre	< 2mm	: 10 % max
	< 6mm	: 90 % min
	Maximum :	: 8 mm
Brisures	< 2.0mm	: < 2 %
Brûlés		: < 2 %

VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES

(Valeurs théoriques pour 100g de produit)

Energie : (kJ):	1360
Energie : (kcal):	323
Matières grasses en g	2.3
Dont acides gras saturés en g	0
Glucides en g	56
Dont sucres en g	0
Fibres	19
Proteines en g	10
Sel (Nax2.5) en g	0.01

Source : données fournisseur

STOCKAGE - DUREE DE VIE

A conserver dans un local sec, frais et sain, à l'abri de la lumière.
DDM = 12 mois en emballage fermé d'origine.

CONDITIONNEMENT

Sac PE de 5kg.

Remarque L'information contenue dans nos fiches techniques est conforme aux exigences de la règlementation en vigueur et tient compte des informations les plus approfondies compte tenu de l'état actuel de nos recherches et de la technique .Il est rappelé que nos produits sont destinés à une utilisation et à un usage exclusivement alimentaire à l'exclusion de tout autre usage. L'utilisateur est seul responsable, tant à son égard qu'à l'égard des tiers, y compris des consommateurs, de l'utilisation qu'il fera de nos produits. Dans la mise en œuvre de ceux-ci, il devra respecter la règlementation en vigueur dont il devra vérifier personnellement l'existence ainsi que l'adéquation à l'utilisation souhaitée. L'utilisateur ne pourra, en aucun cas, rechercher la responsabilité de notre société pour l'utilisation qu'il fera de nos produits quelles que soient les circonstances et quelles qu'en soient les conséquences.