

PREZENTARE GENERALĂ PRODUS

Alacul este cereala originală folosită ca „aliment de bază” și este cunoscut ca fiind cea mai veche specie de grâu, datând de la începutul tuturor timpurilor. Codul genetic natural al alacului și nivelurile scăzute de gluten fac ca această cereală să fie o opțiune superioară datorită compatibilității cu organismul uman, în comparație cu grâul hibrid modern din zilele noastre. Alacul are 14 cromozomi, în timp ce grâul modern are 42.

Boabele de alac sunt mai ușor de digerat, astfel că nutriția se absorb mai bine. În prezent, Young Living ajută la restabilirea importanței de drept a alacului în lume. Foarte hrănitoare, nehibridizată și săracă în gluten, făina de alac este un produs indispensabil în cămara dumneavoastră.

PRINCIPALELE BENEFICII

- Boabele de alac pot fi mai bogate în substanțe nutritive decât grâul modern.
- Un nivel sporit de proteine, fosfor, potasiu și vitamina B6.
- O cantitate de două ori mai mare de vitamina A.

SUGESTII DE UTILIZARE

Făina de alac este ușor de utilizat și poate fi înlocuită în raport de 1:1 de făinurile integrale de grâu sau cele folosite pentru orice scop. Cu toate acestea, făina de alac presupune o perioadă de acomodare cu gustul. Respectați următoarele îndrumări pentru a obține cele mai bune rezultate în rețetele dumneavoastră obișnuite.

- La aluatul obișnuit pentru briose, clătite, prăjituri sau fursecuri, e posibil să fie nevoie să reduceți cantitatea de lichid cu până la 20%.
- La rețetele obișnuite de prăjituri, încercați să adăugați un albuș de ou în plus la aluat, pentru a obține un produs final ușor și pufos. De asemenea, bateți aluatul mai puțin și la o viteză mai mică.

ȘI PENTRU COACEREA PÂINII E NEVOIE DE NIȘTE OBSERVAȚII SPECIALE

- Rezistați tentației de a adăuga prea multă făină de alac la aluatul de pâine. Făina de alac absoarbe lichidul mai lent în comparație cu făina obișnuită, iar aluatul este, adesea, mai umed și mai lipicios.
- Evitați să frământați aluatul în exces. Pâinea făcută cu făină de alac necesită mai puțină frământare comparativ cu alte tipuri de pâine.
- Când aluatul crește, asigurați-vă că este elastic atunci când apăsați cu degetul pe el. Dacă aluatul crește prea mult, se va dezumfla în cuptor, rezultatul fiind o crustă tare și densă.



INGREDIENTE

Făină de alac din grâu integral (*Triticum monococcum*)

AVERTISMENT

- Conține gluten
- Fabricată într-o unitate unde se procesează, de asemenea, fructe cu coaja tare, alune, soia și ouă.

PRODUSE COMPLEMENTARE

Fructe goji uscate