

SAPS QUÈ MENGES? baguet



Es tracta d'una especialitat de pa artesà d'origen francès. De característiques molt semblants a les del pa de barra, se'n diferencia sobretot perquè la baguet és lleugerament més llarga, amb més talls, de molla suau i crosta cruixent i alvèols irregulars. El procés de fermentació d'aquest pa transforma part dels glúcids i fa que siguin més fàcils d'assimilar per l'aparell digestiu, amb la qual cosa té un valor nutricional més elevat i és més digestible.

RECOMANACIONS PARA COMBINAR LA BAGUET AMB ALTRES ALIMENTS:

Es tracta d'un pa especialment indicat per acompanyar les fondues (tant les dolces com les salades), formatges, carn, peix i verdures. També s'utilitza per acompanyar el salmó.

CONTINGUT DE NUTRIENTS I VALOR CALÒRIC (PER 100 g.)

- **Aportació calòrica:** 271 kcal
- **Principis energètics:** glúcids, 56 g; lípids, 1 g; proteïnes, 8 g.
- **Minerals:*** sodi, fòsfor, magnesi, seleni, ferro, iode i zinc.
- **Vitamines:** vitamina E (α -tocoferol), àcid nicotínic, tiamina (B1), riboflavina (B2) i àcid fòlic.

* Continguts de més quantitat a menys

COMPOSICIÓ BASE DEL PRODUCTE

- Farina de blat
- Aigua
- Massa mare natural
- Sal de cuina
- Llevat biològic
- Millorants del pa autoritzats