



Pfannenbrot



Inhalt: / Content: 400 g

EF BASICS Pfannenbrot (400g)
EF BASICS Pan Bread (400g)

Nährwerte pro 100 g Trockenprodukt: / Nutritional values per 100 g dry product:

Energie / calories	1423 kJ / 340 kcal
Fett / fat	1.1 g
– davon gesättigte Fettsäuren / – of which saturates	0.2 g
Kohlenhydrate / carbohydrates	70 g
– davon Zucker / – of which sugars	1.8 g
Eiweiß / protein	10 g
Salz / salt	2.8 g

Zutaten:

WEIZENMEHL, Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat;
 Speisesalz, Zucker

Ingredients:

WHEAT flour, raising agent: sodium hydrogen carbonate;
 table salt, sugar

Zubereitung:

Pro Brot 200 g Instant-Pfannenbrot mit 120 ml kaltem Wasser verkneten und 10 min ruhen lassen. Denn Teig dann zu einem Fladen formen und in der Pfanne ohne Öl von beiden Seiten bei mittlerer Hitze je zwei Minuten ausbacken.

Preparation:

For each loaf, knead 200 g instant pan bread with 120 ml cold water and leave to rest for 10 min. Form the dough into a patty and fry in a pan without oil for two minutes on each side over medium heat.

Art-Nr: / PN:

EFB-PFABRO-400

EAN:

5060428436725

Lagerung:

Kühl und trocken lagern

Storage:

Store in a cool and dry place

MHD ab Herstellung: / BBD from production:

17 Jahre / years