



Έρευνα καταναλωτών

**TASTE  
TOMORROW**

Ζωντανό προζύμι  
SAPORE

**ΕΛΕΝΑ**

Πασχαλινές  
προτάσεις

**ΠΑΓΩΤΑ**

## Επικοινωνία

 PuratosGreece

 Puratos Greece

 Puratos

[www.puratos.gr](http://www.puratos.gr)

## PURATOS ΕΛΛΑΣ ΑΕΒΕ

Θέση Μαδαρό  
Άγιος Θωμάς, Τ.Κ. 32011,  
Οινόφυτα Βοιωτίας  
Τηλ.: 22620 32407 & 09  
info@puratos.gr

Υποκατάστημα Θεσ/νίκης:  
ΒΙ.ΠΕ.Θ. Σίνδου ΟΤ56  
Τ.Κ. 57022 Θεσσαλονίκη,  
Τηλ.: 2310 784200

## Αντιπρόσωπος Κύπρου ΜΙΤΣΙΔΗΣ ΔΗΜΟΣΙΑ ΕΤΑΙΡΕΙΑ LTD

Νικηφόρου Φωκά 34 -38,  
1016 Λευκωσία-Κύπρος  
Τηλ: 00357 22 572020,  
Φαξ: 00357 22 610222



## Είμαστε πάντα δίπλα σας

Αγαπητοί Συνεργάτες

Το 2022 εξελίσσεται σε μια πολύ δύσκολη και ιδιαίτερη χρονιά λόγω του πολέμου μεταξύ Ρωσίας και Ουκρανίας, τις αυξήσεις στις πρώτες ύλες και στην ενέργεια αλλά και τον κορονοϊό.

Είναι μια χρονιά στην οποία η αλληλεγγύη προς τους συνανθρώπους μας που έχουν ανάγκη για υποστήριξη γίνεται ακόμα πιο σημαντική, η προστασία του περιβάλλοντος συνεχίζει να είναι επιτακτική ανάγκη αλλά και η συνεργασία με όλους και όλες εσάς για να μπορέσουμε από κοινού να ξεπεράσουμε αυτή την κρίση.

Σαν εταιρεία καταβάλουμε όλες τις δυνατές προσπάθειες όχι μόνο να διασφαλίσουμε την ομαλή τροφοδοσία της αγοράς με τα προϊόντα μας με την μέγιστη δυνατή ασφάλεια για το προσωπικό μας αλλά και να σας προτείνουμε λύσεις που μπορούν να βοηθήσουν την επιχείρησή σας.

Λύσεις που μπορεί να είναι από την βελτίωση του κόστους παραγόμενου προϊόντος μέσα από συγκεκριμένες τεχνολογίες της Puratos αλλά και με προϊόντα τα οποία αντικατοπτρίζουν σύγχρονες καταναλωτικές τάσεις με έμφαση στα προϊόντα Υγείας και Ευεξίας όπως προϊόντα με μειωμένα λιπαρά και ζάχαρη, περισσότερα φρούτα κλπ.

Στις αρχές της χρονιάς λανσάραμε στην Ελληνική αγορά ένα νέο προζύμι, το SAPORE ELENA το οποίο αναπτύχθηκε από την Ελληνική ομάδα της Puratos και το οποίο δίνει μοναδικά χαρακτηριστικά και ιδιαίτερα στην αργή ωρίμανση.

Θα ήθελα να σας ευχηθώ Καλό Πάσχα με Υγεία για εσάς και την οικογένειά σας. Να είστε πάντα αισιόδοξοι.

Με εκτίμηση

Αντώνης Σαλεβουράκης  
Γενικός Διευθυντής Puratos Ελλάς

# Παγκόσμια έρευνα καταναλωτών

για τις γευστικές τους προτιμήσεις στο μέλλον

Η έρευνα με την ονομασία “Taste Tomorrow” (Η γεύση του αύριο) γίνεται με την επίβλεψη και χρηματοδότηση της Puratos για τέταρτη συνεχόμενη φορά. Είναι μια Παγκόσμια έρευνα που μετράει τωρινές & μελλοντικές τάσεις και συνήθειες ξεκινώντας από τις απαντήσεις των καταναλωτών. Μας δίνει την δυνατότητα να βοηθήσουμε εσάς τους πελάτες μας ώστε να αναπτύξετε τις επιχειρήσεις σας.

Οι κατηγορίες που εξετάστηκαν είναι οι: **ΑΡΤΟΠΟΙΪΑ**, **ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ**, **ΣΟΚΟΛΑΤΑ** καθώς και η **ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΑΓΟΡΑΣ** της κάθε κατηγορίας.

# Taste tomorrow

## Γενικά συμπεράσματα της έρευνας:

### ΓΕΥΣΗ

Η γεύση ενισχύεται μέσω της εμφάνισης.

### ΥΓΕΙΑ

Η αυξανόμενη προσοχή στη διατροφή οδηγεί στο ενδιαφέρον για σωματική και πνευματική ευεξία.

### ΦΡΕΣΚΑΔΑ

Μυρωδιά & εμφάνιση: σημαντικοί παράγοντες στο κριτήριο της φρεσκάδας.

### ΗΘΙΚΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΖΩΗΣ

Συνειδητοποιημένοι καταναλωτές για την ευημερία του πλανήτη.

### ΕΥΚΟΛΙΑ

Αυξανόμενη σημασία των digital εφαρμογών & της ψηφιακής παρουσίας των καταστημάτων.

### ΕΜΠΕΙΡΙΑ

Η ιστορία πίσω από κάθε προϊόν ενισχύει την πιθανότητα αγοράς.

Η έρευνα έλαβε μέρος σε **44 χώρες** σε **όλο τον κόσμο** και ειδικότερα στην **Ευρώπη** σε **18 χώρες**



 **tastetomorrow**  
by Puratos



ΑΡΤΟΠΟΪΑ



ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ



ΣΟΚΟΛΑΤΑ

Οι καταναλωτές αναζητούν τα χειροποίητα προϊόντα για τα οποία δέχονται να πληρώσουν περισσότερο, καθώς είναι φαγητό που εμπεριέχει "ανθρώπινη επαφή".



## Προτίμηση για Παραδοσιακές Γεύσεις

87%



3 στους 4 καταναλωτές αναζητούν τρόφιμα που συμβάλλουν στη διατήρηση της ψυχικής και σωματικής υγείας.



Οι καταναλωτές αναγνωρίζουν τη σχέση μεταξύ φυτικών ινών και υγείας εντέρου

83%



ΑΡΤΟΠΟΪΑ

## Η ΦΡΕΣΚΑΔΑ

προηγείται στην αρτοποιία



Η φρεσκάδα ορίζει την ποιότητα για τον καταναλωτή, όπως την αισθάνεται με όλες του τις αισθήσεις.

67%



Η εικόνα και η μυρωδιά του φρεσκοψημμένου, η σύντομη ζωή στο ράφι, η τραγανότητα και η λάμψη είναι σημαντικά στοιχεία για την ανάδειξη της φρεσκάδας.



Το προζύμι ήταν το 3<sup>ο</sup> πιο πολυσυζητημένο θέμα στα social media το 2020!





## ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ

Οι καταναλωτές διαβάζουν πληροφορίες για τα προϊόντα που αγοράζουν.

Οι καταναλωτές διαβάζουν στα συστατικά των προϊόντων:



Ζάχαρη

45%

kcal

Θερμίδες

44%



Λιπαρά

36%

Η αφαίρεση των λιπαρών θα συμβάλει στην καλύτερη υγεία

84%

Η αφαίρεση της ζάχαρης θα συμβάλει στην καλύτερη υγεία

80%

Πληροφορίες που αναζητούν για τα τρόφιμα:



Συστατικά

50%



Τόπο παραγωγής

42%



Παρουσία συντηρητικών

51%

# Taste tomorrow



## ΣΟΚΟΛΑΤΑ

### Οφέλη της υγείας που προσφέρει η σοκολάτα

Το κακάο στη σοκολάτα έχει υψηλή θρεπτική αξία

74%

Η σοκολάτα είναι υγιεινή

51%

Η σοκολάτα γίνεται πιο υγιεινή με την προσθήκη των παρακάτω συστατικών:



Super Foods



Ξηροί καρποί



Σπόροι

91%

89%

89%

tastetomorrow  
by Puratos

# SAPORE ΕΛΕΝΑ

ΕΓΓΥΗΣΗ ΣΤΗΝ ΑΡΓΗ ΩΡΙΜΑΝΣΗ

## Ζωντανό Προζύμι για Ψωμιά Αργής Ωρίμανσης

Το **Sapore ΕΛΕΝΑ** είναι σχεδιασμένο αποκλειστικά από την **Ελληνική ομάδα της Puratos** και άρα, απόλυτα προσαρμοσμένο στις **ανάγκες των Ελλήνων αρτοποιιών** και στις προτιμήσεις του ελληνικού καταναλωτικού κοινού.

Η ομάδα R&D και τεχνικών της Puratos Ελλάς εργάστηκε εντατικά επί μήνες ενώ αξιοποίησε επίσης την **τεχνογνωσία & τα υπερσύγχρονα εργαστήρια ποιοτικής ανάλυσης της μητρικής εταιρείας** ώστε να περάσει το ΕΛΕΝΑ ακόμα και από τα **πλέον σκληρά τεστ ΣΤΑΘΕΡΗΣ απόδοσης**.



### ΤΕΧΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ



Είναι ιδανικό για  
**ΨΩΜΙΑ**  
ΑΡΓΗΣ ΩΡΙΜΑΝΣΗΣ



Περιέχει αλεύρι από  
**ΣΠΟΡΟΥΣ ΣΙΚΑΛΗΣ**  
που έχουν βλαστήσει



**ΔΙΑΤΗΡΗΣΙΜΟΤΗΤΑ**  
πέρα από τα  
συνηθισμένα όρια



Εγγυάται  
**ΔΥΝΑΤΟ & ΣΤΑΘΕΡΟ**  
**ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ**  
**ΧΩΡΙΣ ΜΑΓΙΑ\***  
σε όλη τη διάρκεια ζωής του  
\*Μαγιά αρτοποιίας: Saccharomyces cerevisiae



**ΔΕΝΕΙ ΑΡΜΟΝΙΚΑ**  
με όλα τα άλευρα



Εξασφαλίζει  
**ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΟ ΟΓΚΟ**

Δίνει **ΩΡΙΜΟ, ΣΤΑΘΕΡΟ ΠΡΟΪΟΝ**  
χωρίς εκπλήξεις, κάθε φορά



## Ψωμί με Μάνα

### Συνταγή για MANA

#### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Αλεύρι 70% δυνατό	500g
Αλεύρι τύπου κίτρινο	500g
Αλάτι	20g
Νερό	600g
Sapore ELENA	50g

#### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- **Ζύμωμα:** Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί για 6' στην 1η ταχύτητα και 4' στην 2η
- **Θερμοκρασία ζύμης:** 22°C
- **Ξεκούραση σε μάζα:** 16 ώρες σε θερμοκρασία περιβάλλοντος

### Τελική συνταγή

#### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Αλεύρι 70% δυνατό	500g
Αλεύρι τύπου κίτρινο	500g
Αλάτι	20g
Νερό	600g
MANA	500g

#### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- **Ζύμωμα:** Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί 6' στην 1η ταχύτητα και 4' στην 2η
- **Θερμοκρασία ζύμης:** 25°C
- **Ξεκούραση σε μάζα:** 90'
- **Κόψιμο:** Κόβουμε στο επιθυμητό μέγεθος
- **Μορφοποίηση:** Δίνουμε το επιθυμητό σχήμα και πλάθουμε ελαφρά
- **Στόφα:** 60' / 32°C με 75% υγρασία
- **Φούρνισμα:** Φουρνίζουμε στους 230°C με ατμό και ρίχνουμε το φούρνο στους 200°C για 60'

## Ψωμί Αργής Ωρίμανσης

#### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Αλεύρι 70% δυνατό	500g
Αλεύρι τύπου κίτρινο	500g
Αλάτι	20g
Νερό	600g
Sapore ELENA	50g

#### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- **Ζύμωμα:** Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί για 8' στην 1η ταχύτητα και 4' στην 2η
- **Θερμοκρασία ζύμης:** 22°C
- **Ξεκούραση σε μάζα:** 12 ώρες σε θερμοκρασία περιβάλλοντος ( $\pm 20^\circ\text{C}$ )
- **Κόψιμο:** Κόβουμε στο επιθυμητό μέγεθος
- **Μορφοποίηση:** Δίνουμε το επιθυμητό σχήμα, πλάθουμε ελαφρά και τοποθετούμε σε φόρμες ή ταψί
- **Στόφα:** 40' / 32°C με 75% υγρασία
- **Φούρνισμα:** Φουρνίζουμε στους 230°C με ατμό και ρίχνουμε το φούρνο στους 200°C για 60'



# O-tentic

## Μεγάλος Διαγωνισμός ΠΑΙΞΤΕ & ΚΕΡΔΙΣΤΕ



Με την αγορά κάθε συσκευασίας  
10 κιλών O-Tentic παίρνετε μέρος  
στον μεγάλο μας διαγωνισμό για  
να κερδίσετε υπέροχα δώρα Puratos!



## Δώρα

Δημιουργήσαμε για εσάς  
**3 πλούσια πακέτα δώρων**,  
αξίας 50€, 100€ και 200€,  
τα οποία αποτελούνται από  
γαλλικά εργαλεία αρτοποιίας  
Scaritech, ιδανικά για κάθε  
επαγγελματία αρτοποιό.



### Πώς βλέπω ότι κέρδισα

Για κάθε κιβώτιο O-Tentic 10 κιλών, θα λάβετε από τον συνεργάτη μας ένα  
δελτίο με ξυστό. Κάθε ξυστό έχει έναν μοναδικό κωδικό τον οποίο μόλις  
καταχωρήσετε στο [www.puratos.gr/playandwin-with-o-tentic.com/gr](http://www.puratos.gr/playandwin-with-o-tentic.com/gr)  
θα ανακαλύψετε αν κερδίσατε.

*Αναυάλυγε την παράδοση, δημιούργησε το μέλλον σου!*

Ενημερωθείτε για τους όρους συμμετοχής στο [www.puratos.gr/playandwin.com.gr](http://www.puratos.gr/playandwin.com.gr)  
Για περισσότερες πληροφορίες για τον διαγωνισμό μπορείτε να επικοινωνήσετε με τον συνεργάτη της  
Puratos Ελλάς που σας εξυπηρετεί και φυσικά να επικοινωνήσετε μαζί μας στο: 22620 32407



# Pain au lait

Γαλλικού τύπου προϊόν

Με το νέο μας μίγμα  
Pain au Lait δημιουργείστε

- ✓ Brioche
- ✓ Pain au lait
- ✓ Δανέζικα
- ✓ Βιεννέζικη μπαγκέτα
- ✓ Πείνιρλί

- Πλήρες μίγμα
- Λιγότερος χρόνος προετοιμασίας
- Λιγότερη ζάχαρη
- Πιο αρωματικό και γευστικό χάρη στο βούτυρο που περιέχει
- Σηκώνει γεμίσεις

## Pain au lait

### Βασική συνταγή

#### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Pain Au Lait	1000g
Νερό	410-430g
Μαγιά Levante	40g

#### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- Βάζουμε το νερό, τη μαγιά στο μίξερ και στη συνέχεια προσθέτουμε το Tegral Pain Au Lait. Αναμιγνύουμε για 3' στην αργή ταχύτητα και κατόπιν για 10' στη γρήγορη ταχύτητα.
- Το αφήνουμε να ξεκουραστεί για 5'
- Μορφοποιούμε.

# Pain au lait

## Strudel

- Κόβουμε στα 100g από το έτοιμο ζυμάρι **Pain au Lait**.
- Ανοίγουμε με την σφολιατομηχανή ή στον πλάστη σε οβάλ σχήμα.
- Βάζουμε την γέμιση με σακούλα ζαχαροπλαστικής.
- Κλείνουμε και δημιουργούμε ένα φρατζολάκι.

### ΓΙΑ ΤΗΝ ΓΕΜΙΣΗ

Τοπιλ μήλο trans	300g
Σταφίδα	50g
Καρύδι τριμμένο	50g
Κανέλλα	

- **Στόφα:** 60' στους 34 - 36°C
- Περνάμε με **Sunset Glaze** αραιωμένο με 20% νερό
- Επικαλύπτουμε με μίγμα ζάχαρης & κανέλλας.
- Χαράζουμε.
- **Ψήσιμο:** στους ±210°C για 10-12'



## Ρολό Σπανάκι

### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΓΙΑ ΓΕΜΙΣΗ ΖΥΜΑΡΙΟΥ

Σπανάκι	100g
Ελιές ροδέλες	25g
Φρέσκο θυμάρι	3g
Φρέσκο κόλιανδρο	2g

Σε έτοιμο ζυμάρι 1kg προσθέτουμε το σπανάκι, τις ελιές, το θυμάρι & τον κόλιανδρο & αναμιγνύουμε για 2-3' στην αργή ταχύτητα.  
Ξεκούραση σε μάζα 5'

### ΓΙΑ ΤΗΝ ΓΕΜΙΣΗ

Φέτα	300g
Ανθότυρο	300g
Ασπράδι από 2 αυγά	

- Ανοίγουμε στην σφολιατομηχανή ή με τον πλάστη, απλώνουμε την γέμιση και ρολάρουμε.
- Κόβουμε στα 3-4cm, περίπου 100g ζυμάρι.
- **Στόφα:** 60' στους 34 - 36°C
- Περνάμε με **Sunset Glaze** αραιωμένο με 20% νερό.
- **Ψήσιμο:** στους ±210°C για 10-12'

## Ζύμη

## ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Tegral Pain au Lait	1kg
Νερό	430g
Μαγιά Levante	40g
Soff'r Melting	30g

## ΓΕΜΙΣΗ

Cremfil vanilla	500g
Sweet Home Cookies σπασμένα	150g

## ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί για 3' στην αργή και 8' στην γρήγορη ταχύτητα. Ξεκούραση σε μάζα 5'
- Ανοίγουμε στη σφολιατομηχανή ή με τον πλάστη και τοποθετούμε στον πάγκο. Απλώνουμε το **Cremfil Vanilla** & πασπαλίζουμε το τριμμένο **Sweet Home Cookies**.
- Ρολάρουμε τη ζύμη και κόβουμε στα 4cm.
- Τοποθετούμε σε καλά βουτυρωμένο ταψί με κενά μεταξύ τους.
- Στοφάρουμε για 90' στους 32°C και με 72% υγρασία.
- Ψήνουμε στους 210°C για 12' (ανάλογα τον φούρνο).

## Frosting

## ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Τυρί κρέμα	100g
Argenta Dessert μαλακή	100g
Ζάχαρη άχνη	200g
Χυμό λεμόνι	5g
Λίγη βανίλια	

## ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Αφρατεύουμε όλα τα υλικά μαζί στο μίξερ με σύρμα και στο τέλος προσθέτουμε 40g **Geladis Pasta Biscotto** και ομογενοποιούμε με μια μαρίζ.
- Μόλις βγουν από το φούρνο τα rolls απλώνουμε το frosting με ένα κορνέ ζαχαροπλαστικής και προσθέτουμε τριμμένο **Sweet Home Cookies**.



# Puravita ΣΙΚΆΛΕΩΣ

ΜΕ 100% ΓΕΡΜΑΝΙΚΗ ΣΙΚΑΛΗ

Αλεύρι γερμανικής σίκαλης, αλεύρι σίτου,  
αλεύρι σίτου ολικής άλεσης & βυνάλευρο



## Πλούσια Γεύση Υγιεινή Διατροφή

Το ψωμί ΣΙΚΑΛΕΩΣ αποτελεί ένα ψωμί πλούσιο σε μέταλλα, πρωτεΐνες, φυτικές ίνες, με χαμηλή περιεκτικότητα σε κορεσμένα λιπαρά και σάκχαρα. Είναι πλέον επιστημονικά αποδεδειγμένο ότι τρόφιμα με αυτά τα χαρακτηριστικά προσφέρουν πολλαπλά οφέλη υγείας για τον οργανισμό του ανθρώπου, καταναλώνοντάς τα στα πλαίσια μιας ισορροπημένης διατροφής και ενός υγιεινού και δραστήριου τρόπου ζωής.

**Ελευθερίου Σοφία**

Κλινική Διαιτολόγος- Διατροφολόγος



### Υποστηρίζει τον μεταβολισμό

- ✓ Πηγή πρωτεϊνών και φυτικών ινών
- ✓ Πηγή σεληνίου, χαλκού, ψευδάργυρου και φωσφόρου
- ✓ Υψηλής περιεκτικότητας σε μαγγάνιο
- ✓ Χαμηλό σε κορεσμένα λιπαρά
- ✓ Χαμηλής περιεκτικότητας σε σάκχαρα

## Σάντουιτς με Σικάλεως

Συνταγές από την Κλινική Διαιτολόγο-Διατροφολόγο Ελευθερίου Σοφία

### Σάντουιτς με ντομάτα, μοτσαρέλα & σως πέστο

Θα χρειαστείτε:

- Ψωμί ΣΙΚΑΛΕΩΣ (150g)
- ½ μοτσαρέλα λευκή (65g)
- 2-3 φέτες ντομάτα (25g)
- 1 κουταλάκι πέστο με βασιλικό

550  
Θερμίδες



### Σάντουιτς με μελιτζανοσαλάτα, πιπεριά Φλωρίνης & κρέμα βαλσάμικου

Θα χρειαστείτε:

- Ψωμί ΣΙΚΑΛΕΩΣ (150g)
- Μελιτζανοσαλάτα (50g)
- 1 πιπεριά Φλωρίνης στραγγισμένη (20g)
- 1 κουταλάκι κρέμα βαλσάμικου

500  
Θερμίδες



### Σάντουιτς με γαλοπούλα & σως μουστάρδας

Θα χρειαστείτε:

- Ψωμί ΣΙΚΑΛΕΩΣ (150g)
- Λουκάνικο γαλοπούλας (50g)
- 1 κουταλιά μουστάρδα
- 1 κουταλάκι κέτσαπ

500  
Θερμίδες



## Puravita ΣΙΚΑΛΕΩΣ

ΜΕ 100% ΓΕΡΜΑΝΙΚΗ ΣΙΚΑΛΗ

Αλεύρι γερμανικής σίκαλης, αλεύρι σίτου, αλεύρι σίτου ολικής άλεσης & βυνάλευρο

## Συνταγή για Σικάλεως

### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Puravita German Rye	1,4kg
Αλεύρι σίτου 70% δυνατό	600g
Μαγιά Levante	55-60g
Νερό (κρύο)	±1,4 kg

### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- **Ζύμωμα:** Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί σε ταχυζυμωτήριο για 4' στην 1η ταχύτητα και για 4' στη 2η.
- **Θερμοκρασία ζύμης:** 27-30°C
- **Ξεκούραση σε μάζα:** 20'
- **Βάρος ζύμης:** Κόβουμε στα 380-420g.
- **Μορφοποίηση:** Φρατζόλα
- **Στόφα:** ±40' / 38°C / 70% υγρασία. Τα αφήνουμε για 5' εκτός στόφας πριν φουρνίσουμε.
- **Φούρνιασμα:** Στους 210-220°C με ατμό για 40'. Ανοίγουμε το ντάμπερ τα τελευταία 15'.



# Puravita Χαμηλού Γλυκαιμικού Δείκτη



ΜΕ ΤΗΝ ΕΓΚΡΙΣΗ ΤΟΥ ΕΦΕΤ\*

## Πλούσια Γεύση Υγιεινή Διατροφή

Το πολύσπορο ψωμί ΧΑΜΗΛΟΥ ΓΛΥΚΑΙΜΙΚΟΥ ΔΕΙΚΤΗ αποτελεί ένα τρόφιμο, το οποίο συμβάλει στην καλύτερη ρύθμιση του σακχάρου στο αίμα\*, ενώ ταυτόχρονα παρέχει πλήθος άλλων ευεργετικών συστατικών για την υγεία του ανθρώπινου οργανισμού. Συγκεκριμένα, περιέχει άλευρα ολικής άλεσης από σάρι, κριθάρι, βρώμη, αλεύρι σόγιας, καθώς και ευεργετικούς σπόρους όπως ο ηλιόσπορος, ο κολοκυθόσπορος και ο λιναρόσπορος.

**Ελευθερίου Σοφία**  
Κλινική Διαιτολόγος- Διατροφολόγος

\*Ο χαμηλός γλυκαιμικός δείκτης οφείλεται στην περιεκτικότητά του σε άπεπτο άμυλο, περισσότερο από 14% επί του συνολικού αμύλου. Συγκεκριμένα, η αντικατάσταση εύπεπτων αμύλων από άπεπτο άμυλο στο γέυμα συμβάλλει στη ρύθμιση των επιπέδων σακχάρου στο αίμα μετά από το συγκεκριμένο γέυμα.



### Υποστηρίζει τον μεταβολισμό

- ✓ Υψηλή περιεκτικότητα φυτικών ινών
- ✓ Χαμηλή περιεκτικότητα σε σάκχαρα
- ✓ Υψηλή περιεκτικότητα πρωτεϊνών

## Σάντουιτς με Ψωμί Χαμηλού Γλυκαιμικού Δείκτη

Συνταγές από την Κλινική Διαιτολόγο-Διατροφολόγο Ελευθερίου Σοφία

### Σάντουιτς με ομελέτα, μανιτάρια & cottage cheese

Θα χρειαστείτε:

- 150 γρ ψωμί Χαμηλού Γλυκαιμικού Δείκτη
- Ομελέτα από 3 ασπράδια ή 3 ασπράδια βραστά
- Μανιτάρια (30g) σωταρισμένα ελάχιστα
- 3-5 ντοματίνια (30g)
- ½ πιπεριά (30g)
- 1-2 Κ.Σ. cottage cheese (30g)
- 1 κ.γ. κέτσαπ (5g)
- Αλάτι, πιπέρι

500  
Θερμίδες



### Σάντουιτς με σκουμπρί & σως γιαουρτιού

Θα χρειαστείτε:

- 150g ψωμί Χαμηλού Γλυκαιμικού Δείκτη
- 50g σκουμπρί ψητό (κονσέρβας ή συσκευασμένο)
- 2 Κ.Σ. γιαούρτι (20g)
- 1 μικρό γούλι από παντζάρι τριμμένο (50g)
- Σκόρδο και μπαχαρικά

600  
Θερμίδες



### Σάντουιτς με πάστα ελιάς & πιπεριές

Θα χρειαστείτε:

- 150g ψωμί Χαμηλού Γλυκαιμικού Δείκτη
- 50g λευκό τυρί χαμηλό σε λιπαρά
- 2 κ.γ. πάστα ελιάς (10g)
- ½ πιπεριά (30g)
- ½ ντομάτα (30g)
- Ρίγανη, πιπέρι

530  
Θερμίδες



Puravita  
Χαμηλού  
Γλυκαιμικού  
Δείκτη

## Συνταγή για Χαμηλού Γλυκαιμικού Δείκτη

### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Puravita Healthy GI	1kg
Μαγιά Levante 30g	30g
Νερό δροσερό	±600g

### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- **Ζύμωμα:** Αναμιγνύουμε όλα τα υλικά για 1' στην 1η ταχύτητα και 8' στη 2η ταχύτητα
- **Θερμοκρασία ζύμης:** 25°C
- **Ξεκούραση σε μάζα:** 20'
- **Κόψιμο:** 400g και προπλάθουμε.
- **Μορφοποίηση:** Σε φρατζολάκια και ρολάρουμε σε Decor Grains.
- **Στόφα:** 35-40' / 35°C / 75% υγρασία.
- **Φούρνισμα:** Στους 210°C για 35-40' με ατμό και 5' πριν το τέλος ανοίγουμε τα ντάμπερ.



# Τεγραλ Τσουρέκι «Αυθεντικό»





## ΒΑΣΙΚΗ ΣΥΝΤΑΓΗ

### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Τεγραλ Τσουρέκι «Αυθεντικό»	10kg
Beurre de Laitterie 82%	1kg
Νερό (ζεστό ~ 40°C)	3,2kg
Levanite μαγιά	1kg

### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- **Ζύμωμα:** Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί σε ταχυζυμωτήριο σπιράλ στην 1η ταχύτητα για 3-4' και μετά στη γρήγορη για 12-15'.
- **Θερμοκρασία ζύμης:** 32-34°C
- **Ξεκούραση ζύμης:** 10-20' (ανάλογα με τη θερμοκρασία της ζύμης και τη θερμοκρασία περιβάλλοντος).
- **Βάρος ζύμης:** Ζυγίζουμε κομμάτια ζύμης των 250g ή 300g.
- **Σχήμα:** Πλάθουμε σε σχήμα ωοειδές.
- **Ξεκούραση ζύμης:** 10'
- **Σχήμα:** Μορφοποιούμε σε πλεξούδα.
- **Στόφα:** 50-60' / 36-38°C / ±70% υγρασία.
- **Πριν το ψήσιμο:** Αλείφουμε με Sunset Glaze αραιωμένο με 40% νερό.
- **Συνθήκες ψησίματος:** Φουρνίζουμε χωρίς ατμό και με ανοιχτό τάμπερ.
- **Θερμοκρασία φούρνου:** 170-180°C
- **Χρόνος ψησίματος:** ±35' για βάρος ζύμης 600g. (λάβετε υπόψη τις συνθήκες του δικού σας φούρνου).

## ΓΕΜΙΣΕΙΣ

### Nutcream

Βάζουμε το **Nutcream** με σακούλα ζαχαροπλαστικής στο φυτίλι και πλέκουμε. Για να διακοσμήσουμε το τσουρέκι όταν κρυώσει το περνάμε από πάνω με **Geladis Morbidi Crock Cioccolato Al Late**.

### Artebake White Hazelnut

Βάζουμε το **Artebake White Hazelnut** με σακούλα ζαχαροπλαστικής στο φυτίλι και πλέκουμε. Για να διακοσμήσουμε το τσουρέκι όταν κρυώσει το περνάμε από πάνω με **Geladis Morbidi Crock Nocciola**.

### Vivafil Wild Blueberries

Βάζουμε το **Vivafil Wild Blueberries** με σακούλα ζαχαροπλαστικής στο ένα φυτίλι και στο άλλο το **Deli Citron** και πλέκουμε. Για να διακοσμήσουμε το τσουρέκι όταν κρυώσει το περνάμε από πάνω με **Geladis Morbidi**

### Deli Cheesecake

Βάζουμε το **Deli Cheesecake** με σακούλα ζαχαροπλαστικής στο φυτίλι και πλέκουμε. Για να διακοσμήσουμε το τσουρέκι όταν κρυώσει το περνάμε από πάνω με **Geladis Morbidi Glass Frutti Di Bosco**.





Τεγριλ Τσουρέκι  
«Αυθεντικός»

## ΓΕΜΙΣΕΙΣ

### Geladis Cremela Pistachio

Βάζουμε το **Geladis Cremela Pistachio** με σακούλα ζαχαροπλαστικής στο φιτίλι και πλέκουμε. Για να διακοσμήσουμε το τσουρέκι όταν κρυώσει το περνάμε με **Geladis Morbidi Crock Pistachio**.

### Deli Caramel

Βάζουμε το **Deli Caramel** με σακούλα ζαχαροπλαστικής στο φιτίλι και πλέκουμε. Για να διακοσμήσουμε το τσουρέκι όταν κρυώσει το περνάμε με **Carat Decorcrem Amber**.



# Vyzantino

## Νηστίσιμο Κέικ



### Vyzantino Κακάο

#### Νηστίσιμη Σοκολατόπιτα

#### Σοκολατόπιτα

##### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Vyzantino Casao	1000g
Ηλιέλαιο	220g
Νερό	470g
Ξύδι	10g

##### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Βάζουμε όλα τα υλικά μαζί στο μίξερ.
- Χτυπάμε για 1' στην 1η ταχύτητα και 2'-3' στη 2η ταχύτητα.
- Τέλος, ψήνουμε στους 180°C για 50'

#### Επικάλυση Dark

##### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Argenta Dessert Crema	120g
Belcolade C501 Dark Selection	500g
Ιμβερτοζάχαρο	60g
Miroir Neutre	250g
Σιρόπι (400g νερό + 250g ζάχαρη/μία βράση)	

##### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Αρχικά ετοιμάζουμε το σιρόπι. Μόλις πάρει μια βράση αφαιρούμε από τη φωτιά.
- Έπειτα, σε ένα μπολ, ρίχνουμε την **Argenta Dessert Crema**, την **Belcolade C501 Dark Selection**, το Ιμβερτοζάχαρο και το σιρόπι που έχουμε ετοιμάσει και ομογενοποιούμε με ένα σύρμα.
- Τέλος προσθέτουμε το **Miroir Neutre** και ανακατεύουμε μέχρι το μίγμα να γίνει ομοιογενές.

#### Σιρόπι σοκολατόπιτας

##### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ (για επικάλυση Dark)

Belcolade C501 Dark Selection	100g
Ζάχαρη 500g	500g
Νερό 500g	500g

##### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Αφαιρούμε από τη φωτιά μόλις βράσει.

Κόβουμε τη ζεστή σοκολατόπιτα σε μερίδες, τη σιροπιάζουμε και την αφήνουμε περίπου 20' να κρυώσει. Τέλος, περιχύνουμε τη σοκολατόπιτα με την επικάλυση Dark Selection.





## Vyzantino Βανίλια-Κακάο

### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Vyzantino (Vanilla-Cacao)	1000g
Ηλιέλαιο	470g
Νερό	220g
Ξύδι	10g

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- Βάζουμε όλα τα υλικά μαζί στο μίξερ.
- Χτυπάμε για 2' στην 2η ταχύτητα.
- Τέλος, ψήνουμε στους 180°C για 50'.

## Vyzantino Βανίλια Muffins με SMOOBEEES



**20% SMOOBEEES**  
λεμόνι ή καραμέλα  
ή σμέουρο  
& επιπλέον 10%  
από το μίγμα  
**Vyzantino Vanilla**



## Vyzantino Βανίλια Σταφιδοκέικ

### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Vyzantino Vanilla	1000g
Νερό	370g
Λάδι	220g
Ξύδι	10g
Κανέλα	4g
Γαρίφαλο τριμμένο	1g
Σταφιδίνη	40g
Σταφίδα, Καρύδια (ή ότι άλλο θέλουμε)	20%

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- Βάζουμε όλα τα υλικά μαζί στο μίξερ.
- Χτυπάμε για 2' στην 2η ταχύτητα.
- Τέλος, ψήνουμε στους 180°C για 50'.



# Satin Silk

## NO SUGAR



Οι μπάρες δημητριακών αποτελούν μία εύκολη, νόστιμη και υγιεινή διατροφική επιλογή, για άτομα που θέλουν κάτι θρεπτικό και γρήγορο κατά την διάρκεια της ημέρας τους, για παιδιά, εργαζόμενους, και ανθρώπους που γυμνάζονται συστηματικά.

Ειδικά όταν οι μπάρες αυτές έχουν σαν βασικό συστατικό το **Satin Silk Cake No Sugar added** η διατροφική τους αξία για αυτούς που θέλουν να περιορίσουν την ζάχαρη είναι ακόμα μεγαλύτερη.

Δοκιμάστε το νέο μας μίγμα για κέικ χωρίς ζάχαρη στην κλασική του συνταγή και συνάμα χρησιμοποιήστε το για να φτιάξετε γευστικές μπάρες

Το κέικ No Sugar Added ανήκει στην σειρά των κέικ μας Satin Silk η οποία περιλαμβάνει Κέικ Βανίλιας, Σοκολάτας, Χαρουπιού και Red Velvet με μοναδικά γευστικά & τεχνικά χαρακτηριστικά

### ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΖΟΝΤΑΙ ΑΠΟ:

Εξαιρετική υγρασία

Μεταξένια & βελούδινη υφή

Δεν βγάζουν επίγευση λαδιού

Λιώνουν απολαυστικά στο στόμα

Νότες από καβουρδισμένο αμύγδαλο, βανίλια & βούτυρο

### ΤΕΧΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ:

Έχουν σφιχτή δομή και για αυτό δεν τρίβονται

Έχουν εξαιρετικό όγκο

Επιδέχονται γεμίσεις από κρέμες & φρούτα

Κόβονται εύκολα

Έχουν ελαστικότητα

ΠΟΛΛΑΠΛΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ

Κέικ ✓ Παντεσπάνι Tompus ✓ Cookies ✓ Brownies



## Συνταγή Κέικ

### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Satin Silk No sugar added	1000g
Αβγά	350g
Σπορέλαιο	300g
Νερό	225g

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- Ρίχνουμε τα αβγά στον κάδο μαζί με το νερό και το σπορέλαιο
- Προσθέτουμε το μίγμα **Satin Silk No Sugar Added**
- Αναμιγνύουμε για 1' στην αργή ταχύτητα  
Ξεκολλάμε το μίγμα από τα τοιχώματα του κάδου και αναμιγνύουμε για 5' στη μεσαία ταχύτητα  
Για βάρος μίγματος 300 ή 500g, ψήνουμε σε φόρμες στους 170-180°C για 35 με 45 λεπτά σε αερόθερμο φούρνο.

## Συνταγή Μπάρας

### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Satin Silk No sugar added	1000g
Beurre de Laiterie 82%	140g
Belcolade Noir Malt (σπασμένη)	140g
Αμύγδαλα	100g
Cranberry (αποξηραμένα)	120g
Σταφίδα ξανθιά	120g
Ηλιόσπορος	30g
Αμύγδαλο φιλέ	90g
Χυμός πορτοκάλι	220g
Σύνολο ζύμης	1.960 g

### ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΖΥΜΗΣ

- **Ζύμωμα:** Αναμιγνύουμε όλα τα υλικά μαζί εκτός από τους ξηρούς καρπούς, τα αποξηραμένα φρούτα και τη σοκολάτα για 3' στην 1η ταχύτητα. Έπειτα, τα προσθέτουμε και συνεχίζουμε το ανακάτεμα για ακόμα 1'
- **Μορφοποίηση:** Τοποθετούμε σε ταψί 30x40cm



### ΨΗΣΙΜΟ

- Θερμοκρασία φούρνου: 170°C
- Χρόνος: 20'

# Sospiretto



Το Sospiretto ή αλλιώς αναστεναγμός, είναι ένα γλυκό προερχόμενο από την Ιταλία και συγκεκριμένα από την περιοχή της Πούλια. Το γλύκισμα αποτελούταν από ένα είδος παντεσπάνι γεμισμένο με κρέμα και επικαλυμμένο με γλάσο. Σήμερα οι γεμίσεις ποικίλουν όπως επίσης και οι επικαλύψεις! Ιστορικά η προέλευση του εντοπίζεται στον 15ο αιώνα. Υποστηρίζεται ότι το γλυκό αυτό ετοιμάστηκε ειδικά για τον γάμο της Lucrezia Borgia, κόρης του Πάπα Αλέξανδρου του όου, με τον κόμη Conversano. Καθώς λοιπόν η νύφη δεν προσήλθε ποτέ στον γάμο, (λέγεται πως δεν ήθελε τον γαμπρό) οι καλεσμένοι έφαγαν εντέλει τα γλυκά αναστενάζοντας λόγω της τέλει γεύσης, αλλά και της μη τέλεσης του γάμου. Έτσι αυτό το γλύκισμα απέκτησε την ονομασία του Sospiretto!

## ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Geladis Sospiretto	1 kg
Αβγά σε θερμοκρασία ψυγείου	500g
Ασπράδι σε θερμοκρασία ψυγείου	500g

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ

- Ανακατεύουμε όλα τα υλικά μαζί σε μίξερ πάγκου με σύρμα στην 1η ταχύτητα για 30'' και μετά για 6-7' στην γρήγορη.
- Κόβουμε στο επιθυμητό μέγεθος σε αντικολλητικό χαρτί.
- Ψήνουμε στους 175°C για 25-35'.
- Γεμίζουμε με κρέμα από την σειρά **Cremfil** ή με **Cremyvit** στην οποία έχουμε προσθέσει την γεύση της αρεσκείας μας.
- Επικαλύπτουμε με ένα από τα προϊόντα της σειράς **Geladis Morbidi**.

# Πασχαλινό Κορμόι

## Βανίλια-Σοκολάτα



### Κορμός Βανίλια

#### Παντεσπάνι

##### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Tegral Sponge Vanilla	1000g
Αυγά	600g
Νερό	200g

##### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Ρίχνουμε στον κάδο του μίξερ όλα τα υλικά
- Χτυπάμε με το σύρμα για ένα 1' σε αργή ταχύτητα και για 8' σε γρήγορη.
- Ψήνουμε στους 180°C για 45' ανάλογα το φούρνο.

#### Λευκή κρέμα

##### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Cremyvit	400g
Chantypak	300g
Creme Laiterie du Pont 35%	300g
Γάλα	700g
Νερό	300g

##### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Βάζουμε τα υγρά με τη **Cremyvit** στον κάδο του μίξερ
- Χτυπάμε με το σύρμα στη μεσαία ταχύτητα για 3' περίπου και για 1' στη γρήγορη.
- Ενσωματώνουμε καλά τις χτυπημένες κρέμες **Chantypak** και **Creme Laiterie du Pont 35%**.





## Λευκή επικάλυψη

### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Belcolade Blanc Selection	500g
Miroir Neutre	500g
Γάλα	155g
Γλυκόζη	250g
Φύλλα ζελατίνης	15g

### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Μουσκεύουμε τα φύλλα ζελατίνης σε κρύο νερό.
- Βράζουμε το γάλα και τη γλυκόζη μαζί και τα ρίχνουμε στη σοκολάτα.
- Προσθέτουμε τα μουσκεμένα φύλλα ζελατίνης και όταν διαλυθούν εντελώς προσθέτουμε το **Miroir Neutre**.
- Ανακατεύουμε με ένα μίξερ χειρός μέχρι το μίγμα μας να γίνει ομοιογενές.

### ΔΟΜΗ

- Απλώνουμε μια στρώση απο τη κρέμα στο παντεσπάνι και διάσπαρτα βάζουμε με μια σακούλα ζαχαροπλαστικής λίγο απο το **deli caramel**.
- Έπειτα σιγά σιγά ρολάρουμε το παντεσπάνι με τη κρέμα και καταψύχουμε.
- Επικαλύπτουμε στους 33°C με τη λευκή επικάλυψη.

## Κορμός Σοκολάτα

### Παντεσπάνι

#### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Tegral Sponge Chocolate	1000g
Αυγά	600g
Νερό	200g

### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Ρίχνουμε στον κάδο του μίξερ όλα τα υλικά
- Χτυπάμε με το σύρμα για ένα 1' σε αργή ταχύτητα και για 8' σε γρήγορη.
- Ψήνουμε στους 180°C για 45' ανάλογα το φούρνο.

### Κρέμα Σοκολάτα

#### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Belcolade C501	250g
Chantypak	300g
Cremyvif	400g
Creme Laiterie du Pont 35%	300g
Γάλα	700g
Νερό	300g

# Πασχαλινόι Κορμοί

Βανίλια-Σοκολάτα



### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Βάζουμε τα υγρά με την **Cremyvif** και χτυπάμε με το σύρμα στη μεσαία ταχύτητα για 3' περίπου και για 1' στη γρήγορη.
- Ρίχνουμε σιγα σιγά τη λιωμένη σοκολάτα και ανακατεύουμε προσεκτικά.
- Ενσωματώνουμε καλά τις χτυπημένες κρέμες **Chantypak** και **Creme Laiterie du Pont 35%**.

### Επικάλυψη σοκολάτας

#### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Belcolade D600	245g
Κακάο Dark Premium	10g
Miroir Neutre	250g
Νερό	100g
Ζάχαρη	200g
Γλυκόζη	200g
Φύλλα ζελατίνης	4τμχ

### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Βράζουμε το νερό, τη ζάχαρη και τη γλυκόζη μέχρι τους 105°C
- Αφαιρούμε το μίγμα από τη φωτιά
- Ρίχνουμε αργά το κοσκινισμένο κακάο ανακατεύοντας με ένα σύρμα ζαχαροπλαστικής
- Προσθέτουμε τα φυλλα ζελατίνης και προσθέτουμε όλο το μίγμα στο **Miroir Neutre**.
- Χρησιμοποιούμε ένα μίξερ χειρός ώστε να ομογενοποιηθούν όλα τα συστατικά και να αφαιρεθούν οι φυσαλίδες.

### ΔΟΜΗ

- Απλώνουμε μια στρώση απο τη κρέμα σοκολάτας στο παντεσπάνι και διάσπαρτα βάζουμε λίγο απο το **topfil cherry**.
- Έπειτα σιγά σιγά ρολάρουμε το παντεσπάνι με τη κρέμα και καταψύχουμε.
- Τέλος επικαλύπτουμε στους 33-35°C με τη μαύρη επικάλυψη.



# Belcolade Ice

  
**Belcolade**  
THE REAL BELGIAN CHOCOLATE

## Γνήσια Βέλγικη σοκολάτα Belcolade για επικάλυψη στα παγωτά σας.

Η Belco Ice είναι η τέλεια επικάλυψη για τα παγωτά σας χάρη στην υψηλή περιεκτικότητα σε βούτυρο κακάο.

- ✓ Δεν χρειάζεται στρώσιμο
- ✓ Λιώνει εύκολα στους 38-42°C & έχει μεγάλη ρευστότητα
- ✓ Κάνει μια λεπτή τραγανή επικάλυψη
- ✓ Παγώνει «στο λεπτό»
- ✓ Δεν δημιουργεί fat bloom λόγω χαμηλών θερμοκρασιών
- ✓ Δίνει μια ελαφριά γυαλάδα
- ✓ Διατηρεί τα χαρακτηριστικά της ακόμα και σε χαμηλές θερμοκρασίες

Belco ice  
► **NOIR**

Περιεκτικότητα  
σε κακάο

54%

Συσκευασία

15 kg

Belco ice  
► **LAIT**

Περιεκτικότητα  
σε κακάο

45%

Συσκευασία

15 kg

Belco ice  
► **BLANC**

Περιεκτικότητα  
σε βούτυρο κακάο

39%

Συσκευασία

15 kg

# Παγωτίνια με ιταλική φινέτσα

taste of Italy  
**Geladis**  
dal 1985  
dolce passione



Η Geladis είναι μια Ιταλική εταιρία υψηλών προδιαγραφών που παράγει παγωτά εδώ και αρκετές δεκαετίες ενώ τα διανέμει σε πολλές χώρες σε όλη την Ευρώπη.

Στην Ρυταϊός Ελλάς εκτιμώντας την ποιότητα των προϊόντων τους δημιουργήσαμε μια αποκλειστική συνεργασία στον τομέα των παγωτών για να ικανοποιήσουμε την ζήτηση των πελατών μας.

Χρησιμοποιείτε την βασική συνταγή και δημιουργείτε παγωτίνια ανάλογα με την γεύση, τη γέμιση και την επικάλυψη που επιθυμείτε

## ΒΑΣΙΚΗ ΣΥΝΤΑΓΗ

Crème Laiterie du Pont 35%	1 Kg
Geladis Crazy Mousse	300g

## ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Σε μίξερ αναδεύουμε με το σύρμα μέχρι το προϊόν να πάρει μια ημίρευστη μορφή.  
Κόβουμε με σακούλα το σχήμα που θέλουμε, προσθέτουμε το Variégato της αρεσκειάς μας και τοποθετούμε τα ξυλάκια.  
Καταψύχουμε μέχρι να παγώσει καλά και επικαλύπτουμε με την γεύση της αρεσκειάς μας.

## Pistachio



- Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γεύση
- Pasta Pistacchio Puro 80g
  - Cremella Pistachio γέμιση.
  - Επικάλυψη Morbidi Pistachio Crock

## Παγωτίνια με παλική φινέτσα

## Bubblegum



- Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γεύση
- Pasta Bubblegum 60g
  - Επικάλυψη Belcolade Ice Λευκή βαμμένη φούξια

## Τύπου Ferrero



- Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γεύση
- Pasta Gianduvia 100g
  - Crockador γέμιση.
  - Επικάλυψη Morbidi Cioccolato Latte Crock

## Τύπου Lila Pause



- Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γεύση
- Novaciok Bianca 100g
  - Pasta Fregola 10g
  - Επικάλυψη Morbidi Fruta Di Bosco και πολύχρωμα decor

## Τύπου Toblerone



- Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γεύση
- Pasta Toroncino 100g
  - Κακάο 5g
  - Επικάλυψη Morbidi Crock Nocciola 50% & Morbidi Cioccolato Latte Crock 50% ανακατεμένα μαζί.

## Λεμόνι



- Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γεύση
- Pasta Limone 50g
  - Deli Citron γέμιση.
  - Επικάλυψη Morbidi Limone

## Τύπου Bueno



- Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γεύση
- Pasta Piemonte 80g
  - Επικάλυψη Morbidi Crock Nocciola

## Τυπου Kinder Λευκό



Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γέμιση

- Novacioc
- Επικάλυψη Belcolade Ice Υγείας

## Παγωτίνα με παλική φινέτσα

## Biscotto



Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γεύση

- Pasta Biscotto new 100g
- Variegato Biscotto γέμιση
- Επικάλυψη Belcolade Ice Γάλακτος

## Μπανάνα



Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γεύση

- Pasta Banana 100g
- Επικάλυψη μισή Belcolade Ice Λευκή και μισή Belcolade Ice Υγείας

## Βανίλια



Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γεύση

- Vanilla Berbon 40g
- Επικάλυψη Belcolade Ice Λευκή

## Τυπου Twix

Με μπισκότα digestive σάντουιτς



Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γεύση

- Pasta Biscotto new 100g
- Deli Caramel γέμιση
- Επικάλυψη Belcolade Ice Γάλακτος

## Espresso Noisette



Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γεύση

- Espresso Noisette 100g
- Espresso Noisette γέμιση
- Επικάλυψη Belcolade Ice Υγείας

## Χωνάκι σοκολάτας



Στη βασική συνταγή προσθέτουμε γεύση

- 50g κακάο
- Γάλα 50g.
- Επικάλυψη Belcolade Ice Υγείας ή Γάλακτος

# Belcolade Malt CACAO TRACE

## Χωρίς ζάχαρη Όλη η γεύση

**Η φρονίδα μας για τη σοκολάτα και τους καλλιεργητές της, σε συνδυασμό με την ολοένα αυξανόμενη τάση για λιγότερη ζάχαρη, δημιούργησε αυτή την εξαιρετική σοκολάτα.**

Η ζάχαρη έχει αντικατασταθεί πλήρως από, τη μαλιπόλη ένα γλυκαντικό υποκατάστατο. Η φιλοσοφία της Puratos είναι πάντα να δημιουργεί προϊόντα με βελτιωμένο διατροφικό προφίλ «χωρίς συμβιβασμούς» στη γεύση.

### Τι είναι το Cacao Trace

Η εξαιρετική μας εμπειρία και γνώση στον τομέα της ζύμωσης, σε συνδυασμό με ένα απaráμιλλο διεθνές δίκτυο κέντρων επεξεργασίας μετά τη συγκομιδή αποτελεί το κλειδί για τη δημιουργία σοκολάτας ανώτερης γεύσης. Εκπαιδεύουμε τους καλλιεργητές μας και τους βοηθάμε να παράγουν κόκκους κακάο ανώτερης ποιότητας. Το πρόγραμμα Cacao-Trace εγγυάται στους καλλιεργητές του κακάο υψηλότερη τιμή και ένα μοναδικό Μπόνους Σοκολάτας των 10 σεντς ανά κιλό πώλησης. Αυτό σημαίνει επιπλέον εισόδημα 3 έως 4 μηνών σε ορισμένες χώρες.

### Belcolade Noir Selection

ΥΓΕΙΑΣ

C501 MALT/J

Μαύρη σοκολάτα με μαλιπόλη, χωρίς προσθήκη ζάχαρης, πικρή με νότες φρέσκων φρούτων.

Περιεκτικότητα  
σε κακάο

55%

Πλάκες



5x5 Kg



Ρευστότητα 

### Belcolade Lait Selection

ΓΑΛΑΚΤΟΣ

03X5 MALT/J

Σοκολάτα γάλακτος με μαλιπόλη, χωρίς προσθήκη ζάχαρης, τέλεια ισορροπία μεταξύ γλυκού, γάλακτος και γεύσης κακάο.

Περιεκτικότητα  
σε κακάο

33%

Πλάκες



5x5 Kg



Ρευστότητα 

### Belcolade Blanc Selection

ΛΕΥΚΗ

X605 MALT/J

Λευκή σοκολάτα με μαλιπόλη, χωρίς προσθήκη ζάχαρης, με ισορροπημένη γεύση βανίλιας και νότες ψημένου γάλακτος.

Περιεκτικότητα  
σε βούτυρο  
κακάο

27,5%

Πλάκες



5x5 Kg



Ρευστότητα 



# Blanches Vimen

## Coulis φράουλας-μπανάνας

### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Φράουλες φρέσκες	200g
Μπανάνες φρέσκες άγουρες	200g
Φύλλα ζελατίνης	10g
Χυμό λεμονιού	1/2τεμ

### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Πολτοποιούμε τις φράουλες και παίρνουμε το χυμό τους.
- Μουλιάζουμε τα φύλλα ζελατίνης και τα βάζουμε μέσα στο χυμό που έχουμε ζεστάνει σε φούρνο μικροκυμάτων, ανακατεύοντας καλά με ένα σύρμα.
- Μέσα στο μίγμα ρίχνουμε τις μπανάνες που έχουμε ψιλοκόψει, το χυμό λεμονιού και ανακατεύουμε ώστε να ενσωματωθούν στο μίγμα.



Belcolade  
**Malt**  
CACAO TRACE

## Mousse λευκή

### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Γάλα	125 g
Festipak	125 g
Belcolade λευκή Maltitol	450 g
Creme de Laitterie du Pont 35%	155 g
Festipak	175 g

### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Βράζουμε το γάλα με τα **125g Festipak** και το ρίχνουμε στη **Belcolade** ανακατεύοντας μέχρι να λιώσει.
- Στους 30-35°C ενσωματώνουμε τις ημίρρευστες χτυπημένες κρέμες.

## Ganache λευκό

### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Γάλα	100g
Belcolade λευκή Maltitol	300g
Creme de Laitterie du Pont 35%	100g

### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Βράζουμε το γάλα με την κρέμα και το ρίχνουμε στη **Belcolade** ανακατεύοντας απαλά μέχρι να λιώσει.

### ΔΟΜΗ & ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ

- Σε ένα ποτηράκι βάζουμε αρχικά το coulis φράουλας-μπανάνας. Τοποθετούμε στην κατάψυξη.
- Αφού παγώσει ρίχνουμε τη λευκή mousse και όταν ξαναπαγώσει επικαλύπτουμε με το ganache.





## Milky Praline

### Παντεσπάνι σοκολάτας

#### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Ηλιέλαιο	100g
Belcolade γάλακτος Maltitol	220g
Ασπράδι αυγών	200g
Αλεύρι ζαχαροπλαστικής	100g
Κακάο	7g
Baking powder	5g

#### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Λιώνουμε τη **Belcolade** και την ανακατεύουμε με το λάδι.
- Χτυπάμε τα ασπράδια μέχρι να πάρουν όγκο και ενσωματώνουμε μέσα σε αυτά σιγά σιγά τη λιωμένη σοκολάτα.
- Τέλος αφού έχουμε κοσκινίσει το αλεύρι με το κακάο το ρίχνουμε στο προηγούμενο μίγμα μαζί με το baking και ανακατεύουμε πολύ απαλά μέχρι να ενσωματωθεί. Με μία παλέτα το στρώνουμε σε αντικολλητικό χαρτί και ψήνουμε στους 180°C για περίπου 5 λεπτά.

### Mousse γάλακτος με πραλίνα

#### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Γάλα	150g
Φύλλα ζελατίνης	8g
Belcolade γάλακτος Maltitol	170g
Πραλίνα No Sugar Added	170g
Festipak	250g
Creme Laitterie du Pont 35%	250g

#### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Βράζουμε το γάλα και το ρίχνουμε στη **Belcolade** και την πραλίνα.
- Έπειτα ρίχνουμε τα μουλιασμένα φύλλα ζελατίνης και ανακατεύουμε καλά με ένα σύρμα.
- Τέλος στους 35°C ενσωματώνουμε την ημίρρευστη σαντιγί Festipak και **Creme Laitterie du Pont 35%**.

### Ganache επικάλυψης

#### ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Festipak	125g
Creme Laitterie du Pont 35%	125g
Πραλίνα No Sugar Added	150g
Argenta crema	50g
Belcolade γάλακτος Maltitol	175g

#### ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

- Βράζουμε τη **Festipak** και την **Creme Laitterie du Pont 35%** μαζί και τις ρίχνουμε μέσα στη **Belcolade** και την πραλίνα ανακατεύοντας καλά μέχρι να έχουμε ένα ganache.
- Στους 35°C περίπου ενσωματώνουμε και την μαργαρίνη.

#### ΔΟΜΗ & ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ

- Σε ένα τσέρκι τοποθετούμε ένα παντεσπάνι και μέχρι τη μέση του τσερκιού βάζουμε την mousse.
- Με μια σακούλα ζαχαροπλαστικής βάζουμε μερικές ρίπλες πραλίνας πάνω από την κρέμα.
- Κλείνουμε ξανά με τη mousse και όταν παγώσει γλασάρουμε με το ganache επικάλυψης.







**Belcolade**

THE REAL BELGIAN CHOCOLATE



Γνήσια Βέλγικη  
σοκολάτα



**puratos**

Food Innovation for Good