

## 통밀빵 (개당 350g)

재료	4개	6개	8개	10개	12개	15개	20개
통밀(35%)	268	402	536	670	804	1,005	1,340
백밀(65%)	492	738	984	1,230	1,476	1,845	2,460
소금(1.8%)	14	21	27	34	41	51	68
이스트(0.2%)	1	2	2	3	4	5	6
꿀(6.5%)	50	74	99	123	148	185	246
발효종(13%)	99	149	198	247	296	370	494
정제수(67%)	510	764	1019	1,273	1,528	1,910	2,546
합계	1,434	2,150	2,865	3,580	4,297	5,371	7,160

## 통밀빵

- 반죽  
전 재료 믹싱
- 전날 반죽 후 하루 동안 발효
- 분할  
350g으로 분할
- 발효실에서 40분 1차 발효
- 성형
- 발효실에서 40분 2차 발효
- 굽기  
250°C / 250°C 예열  
230°C / 230°C 10분 1차 굽기  
220°C / 200°C 15분 2차 굽기