ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ

Πλάθω υγεία / Healthy baking 6

Αρτοποιίας λευκά / Bread & Baking 26

Αρτοποιίας κίτρινα / Durum wheat 28

Ολικής άλεσης / Whole grain 30

Ολικής ψιλής άλεσης / Ultrafine whole grain 32

Μαλακά ειδικών χρήσεων / Low protein 34

Σκληρά ειδικών χρήσεων / High protein 36

Άριστον Φ ενισχυμένα / Enhanced protein 38

Διάφορα δημητριακά / Various cereals 42

Μίγματα αρτοποιίας / Baking mixes 44

Μίγματα ζαχαροπλαστικής / Pastry mixes 48

Καταναλωτικά / Consumer 52

Φυσικά γλυκαντικά / Natural sweeteners 54

Ρόφημα Βρώμης / Vero Cereal 56

Άλλα προϊόντα / Delights of Crete 58

Επιλογή αλεύρου

Προϊόν	Αλεύρι*	Εναλλακτικό**	Συμπληρωματικό***
Βασιλόπιτα με μπέικιν	Μαλακό Ζαχ/κής	Μίγμα Κέικ	
Βασιλόπιτα Πολίτικη	Άριστον Φ Αμερικής	Μίγμα Τσουρέκι	
Βάφλα/Γκοφρέτα	Μαλακό Ζαχ/κής	Μίγμα Κέικ	
Βουτήματα	Μαλακό Ζαχ/κής		
Δίπλες	Σκληρό Φύλλου		
Εκλέρ	Άριστον Φ Έξτρα Ζαχ/κής		Σκληρό Φύλλου
Κανταΐφι	Μαλακό Κανταϊφιού		
Κέικ	Μίγμα Κέικ	Μαλακό Ζαχ/κής	
Κουλουράκια	Μαλακό Ζαχ/κής		
Κουραμπιέδες	Μαλακό Ζαχ/κής		
Κρέμες	Μαλακό Κανταϊφιού		Μαλακό Ζαχ/κής
Κριτσίνια	Άριστον Φ Φρυγανιάς		Τ. 55%
Κρουασάν	Άριστον Φ Κρουασάν		Σκληρό Σφολιάτας
Λουκουμάδες	Άριστον Φ Φύλλου	Σκληρό Φύλλου	
Μελομακάρονα	Μαλακό Ζαχ/κής		
Μπισκότα	Μαλακό Ζαχ/κής		
Μπριός	Άριστον Φ Έξτρα Ζαχ/κής		Σκληρό Σφολιάτας
Ντάνις Πάστρι	Άριστον Φ Κρουασάν		Σκληρό Σφολιάτας
Ξεροτήγανα	Σκληρό Φύλλου		
Πανετόνε	Άριστον Φ Έξτρα Ζαχ/κής		Άριστον Φ Φρυγανιάς
Παντεσπάνι	Μαλακό Ζαχ/κής		
Πάστα Φλόρα	Μαλακό Ζαχ/κής		
Πίτσα	Άριστον Φ Φύλλου		Σκληρό Φύλλου
Σαβουαγιάρ	Μαλακό Κανταϊφιού		
Σου	Άριστον Φ Έξτρα Ζαχ/κής		Σκληρό Φύλλου
Σφολιάτα, Τυρόπιτα	Άριστον Φ Τυρόπιτας		Σκληρό Σφολιάτας
Τάρτες	Μαλακό Ζαχ/κής		
Τοστ	Άριστον Φ Φρυγανιάς	Μίγμα Τοστ	Τ. 55%
Τσουρέκι	Άριστον Φ Τσουρεκιού	Μίγμα Τσουρέκι	Τ. 55%
Φρυγανιά	Άριστον Φ Φρυγανιάς		Τ. 55%
Φύλλο Κρούστας	Άριστον Φ Φύλλου		Σκληρό Φύλλου
Φύλλο για Καλτσούνια	Άριστον Φ Φύλλου		Σκληρό Φύλλου
Χωνάκι Παγωτού	Μαλακό Ζαχ/κής		

Αλεύρι*: συνήθως η πρώτη επιλογή

Εναλλακτικό**: εναλλακτική επιλογή αλεύρου

Συμπληρωματικό***: μπορεί να χρησιμοποιηθεί συμπληρωματικά της πρώτης επιλογής

Η εταιρία

Οι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ ξεκίνησαν τη λειτουργία τους στο λιμάνι της Σούδας στην Κρήτη το 1928. Οι εγκαταστάσεις της εταιρίας καταστράφηκαν ολοσχερώς το 1941 στη διάρκεια του πολέμου και μια σύγχρονη για την εποχή της μονάδα για την παραγωγή αλεύρων άρχισε να λειτουργεί πάλι το 1953. Οι δραστηριότητες της εταιρείας πλέον εκτείνονται σε τέσσερις τομείς: Επαγγελματικά Άλευρα, Καταναλωτικά Άλευρα, Ζωοτροφές, Βιοκαύσιμα.

Σήμερα, η εταιρία κατέχει ηγετική θέση στην ελληνική αγορά των αλεύρων, επενδύοντας συνεχώς στην έρευνα και ανάπτυξη νέων, καινοτόμων προϊόντων. Τα προϊόντα ακολουθούν τα πιο αυστηρά ποιοτικά κριτήρια από το στάδιο της αγοράς της πρώτης ύλης έως και τη διακίνηση των τελικών προϊόντων.

Παράγονται 300 και πλέον κωδικοί αλεύρων που αναδεικνύουν την εξειδίκευση, τον προσανατολισμό στην παραγωγή καινοτόμων προϊόντων, αλλά και τη δυνατότητά ανάπτυξης, σε συνεργασία με τον πελάτη, αλεύρων προσαρμοσμένων στις ιδιαίτερες ανάγκες κάθε επαγγελματία.

Η εταιρία παρέχει τεχνική υποστήριξη στους πελάτες με εξειδικευμένους τεχνολόγους τροφίμων, δίνοντας λύσεις τεχνικής φύσης ή βοηθώντας τον να αναπτύξει νέα προϊόντα. Ταυτόχρονα τον υποστηρίζουν σε θέματα marketing παρέχοντας λύσεις επικοινωνίας.

Οι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ έχουν επίσης αναπτύξει το Delights of Crete, το οποίο αποτελεί μία εμπορική συμμαχία τεσσάρων ιστορικών εταιρειών της Κρήτης (ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ, ΑΒΕΑ, ΒΙΟΧΥΜ, Βέρο Κρητικό), οι οποίες μέσω κοινής προσπάθειας έχουν σκοπό να προωθήσουν τα κρητικά προϊόντα πέρα από τα όρια του νησιού και της χώρας.

Οι ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ είναι πιστοποιημένοι με το Πιστοποιητικό Διαχείρισης Ποιότητας ISO 9001: 2015, με το Πιστοποιητικό Ασφάλειας Τροφίμων ISO 22000: 2018, με το Πιστοποιητικό Ασφάλειας Τροφίμων FSSC ver. 5,1, με το Πιστοποιητικό Βιολογικών Αλεύρων και το Πιστοποιητικό Βιολογικών Ζωοτροφών.

95 χρόνια παράδοσης στο αλεύρι

The company

MILLS OF CRETE started operating in the port of Souda in Crete in 1928. The company's facilities were totally destroyed in 1941 during the war and a modern age plant for the production of flour began operating again in 1953. The activities of company now span four areas: Bakers Flour, Consumer Flour, Animal Feed, Biofuels.

Today, the company is a leader in the Greek flour market, constantly investing in research and development of new and innovative products. The products follow the strictest quality standards from the process of buying raw material up to the distribution of finished products.

More than 300 SKUs of flour are produced that highlight the expertise, innovation, and the potential to develop, in cooperation with the customer, flours adapted to specific needs.

The company provides technical support to customers with qualified food technologists, giving technical solutions or helping them to develop new products. At the same time it supplies marketing support and communication solutions.

MILLS OF CRETE have also developed Delights of Crete, which is a commercial alliance of four historical enterprises of Crete (MILLS OF CRETE, ABEA, BIOXYM, Vero Cretan) that through joint efforts aim to promote Cretan products beyond the limits of Greece.

MILLS OF CRETE are certified with the Quality Management Certificate ISO 9001: 2015, the ISO 22000 Food Safety Certificate: 2018, the Food Safety Certificate FSSC ver. 5,1, the Certificate Organic Flour and Organic Animal Feed Certificate.

95 years of expertise in flour

πλάθω υγεία

Πλάθω υγεία

Healthy baking

GI-48

Το ψωμί GI-48 έχει γλυκαιμικό δείκτη 48*, περιέχει 7 σπόρους μεταξύ αυτών κάνναβης, chia και quinoa και είναι πολύ γευστικό. Ο γλυκαιμικός δείκτης είναι ένα μέτρο του ρυθμού αύξησης των επιπέδων σακχάρου στο αίμα μετά την κατανάλωση τροφών που περιέχουν υδατάνθρακες. Σύμφωνα με το Harvard Medical School τρόφιμα με γλυκαιμικό δείκτη κάτω του 55 κατατάσσονται στην κατηγορία χαμηλού γλυκαιμικού δείκτη. Τα τρόφιμα με χαμηλό γλυκαιμικό δείκτη αυξάνουν σταδιακά τα επίπεδα ινσουλίνης και το σάκχαρο στο αίμα και συμβάλλουν στον καλύτερο γλυκαιμικό έλεγχο.
Ο γλυκαιμικός δείκτης είναι σημαντικός όχι μόνο για όσους θέλουν να τον ελέγξουν αλλά και για όσους θέλουν να χάσουν κιλά ευκολότερα, αλλά και για την υγεία και την ευεξία του οργανισμού.

* εφόσον παρασκευάζεται σύμφωνα με τη συνταγή

GI-48

The GI-48 bread has a glycemic index of 48*, contains 7 grains, among them hemp, chia and quinoa and is very tasty. Glycemic index is a measure of the rate of increase of blood sugar levels after eating foods containing carbohydrates. According to the Harvard Medical School, foods with a glycemic index below 55 are classified as low glycemic index. Foods with low glycemic index gradually increase insulin and blood sugar levels and contribute to better glycemic control. The glycemic index is important not only for those who want to control it but also for those who want to lose weight more easily and also for the health and well-being of the body.

*with proposed recipe

το ψωμί GI-48 έχει γλυκαιμικό δείκτη 48*

GI-48 bread has a glycemic index of 48*

15kg

Πλάθω υγεία

Βρώμη

Η βρώμη είναι ένα δημητριακό πλούσιο σε φυτικές ίνες, βιταμίνες συμπλέγματος Β, πρωτεΐνες και αντιοξειδωτικά. Με τις πολυφαινόλες που περιέχει, έχει αντιοξειδωτική δράση, ενώ είναι αντιφλεγμονώδης και αντιαλλεργική.

Το πίτουρο της βρώμης, περιέχει υψηλά επίπεδα διαλυτών φυτικών ινών οι οποίες απορροφούν νερό στο έντερο και διογκώνονται. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να νιώθει κανείς χορτάτος.

Οι ευεργετικές ιδιότητες της βρώμης οφείλονται στο γεγονός ότι οι φυτικές ίνες της είναι πλούσιες σε β-γλυκάνες. Οι β-γλυκάνες συμβάλλουν στη διατήρηση των φυσιολογικών επιπέδων χοληστερόλης στο αίμα.*

*Τα ευεργετικά αποτελέσματα εξασφαλίζονται με την ημερήσια πρόσληψη 3 γρ. β-γλυκανών.

Oats

Oats is a type of cereal grain rich in fiber, B vitamins, protein and antioxidants. With the polyphenols it contains, it has an antioxidant effect, while it is anti-inflammatory and anti-allergic.

Oat bran contains high levels of soluble fiber which absorbs water in the intestine and swells. This results in feeling full.

The beneficial properties of oats are due to the fact that its fiber is rich in beta-glucans. Beta-glucans help maintain normal blood cholesterol levels.*

*Beneficial results are ensured with a daily intake of 3 g. of β-glucans.

η βρώμη είναι πλούσια σε φυτικές ίνες και βιταμίνες

oats are rich in fiber and vitamins

Κριθάρι

Το κριθάρι ήταν ένα από τα πρώτα δημητριακά που καλλιεργήθηκαν από τον άνθρωπο και για χιλιάδες χρόνια αποτελούσε μια από τις κύριες τροφές του. Εμφανίστηκε στο ίδιο χρονικό διάστημα, όπως το μονόκοκκο και δίκοκκο σιτάρι, ενώ οι σημερινές ποικιλίες φαίνεται να προέρχονται από το άγριο κριθάρι. Σήμερα χρησιμοποιείται ιδιαίτερα για την παρασκευή ψωμιού, μπύρας αλλά και του γνωστού κρητικού παξιμαδιού.

Το κριθάρι είναι πλούσιο φυτικές ίνες οι οποίες έχουν ευεργετικές επιδράσεις. Βοηθούν στην καλή λειτουργία του εντέρου, στην επιβράδυνση της απορρόφησης της γλυκόζης στο έντερο και στη διατήρηση ενός υψηλού επιπέδου κορεσμού το οποίο βοηθάει στον έλεγχο της όρεξης.

Επιπλέον, το κριθάρι είναι πλούσιο σε βιταμίνες του συμπλέγματος Β, όπως νιασίνη, φολικό, σίδηρο αλλά και μαγνήσιο, φώσφορο, μαγγάνιο, πυρίτιο και σελήνιο, οι οποίες έχουν ευεργετικές επιδράσεις στην υγεία του ανθρώπινου οργανισμού.

πλούσιο σε φυτικές ίνες και βιταμίνες

rich in fiber and vitamins

Barley

Barley was one of the first grains cultivated by man and for thousands of years it was one of his main foods. It appeared around the same time as Triticum monococcum and Triticum dicoccum wheat, while today's varieties appear to have descended from wild barley. Today it is used especially for the preparation of bread, beer and the well-known Cretan rusk.

Barley is rich in fibers which have beneficial effects. They help in the good functioning of the intestine, in slowing down the absorption of glucose in the intestine and in maintaining a high level of satiety which helps to control the appetite.

In addition, barley is rich in B vitamins, such as niacin, folate, iron, but also magnesium, phosphorus, manganese, silicon and selenium, which have beneficial effects on the health of the human body.

20kg

Πλάθω υγεία

Σίκαλη

Τα προϊόντα ολικής άλεσης, σύμφωνα με πολλές μελέτες, μειώνουν τον κίνδυνο εμφάνισης χρόνιων ασθενειών, όπως καρδιαγγειακά νοσήματα και διαβήτης.

Η σίκαλη είναι μια πολύ καλή πηγή διαιτητικών ινών, φωσφόρου, μαγνησίου, μαγγανίου, πρωτεϊνών και βιταμίνης Β1 και βρίσκεται στη βάση μιας υγιεινής και ισορροπημένης διατροφής.

Είναι επίσης πλούσια πηγή φυτοοιστρογόνων τα οποία δρουν ως αντιοξειδωτικά.

Το αλεύρι σίκαλης περιέχει λιγότερη γλουτένη από το αλεύρι σίτου. Ωστόσο, δεδομένου ότι εξακολουθεί να περιέχει γλουτένη, είναι ακατάλληλο για άτομα με κοιλιοκάκη ή ευαισθησία σε γλουτένη.

πηγή φυτοοιστρογόνων τα οποία δρουν ως αντιοξειδωτικά

source of phytoestrogens which act as antioxidants

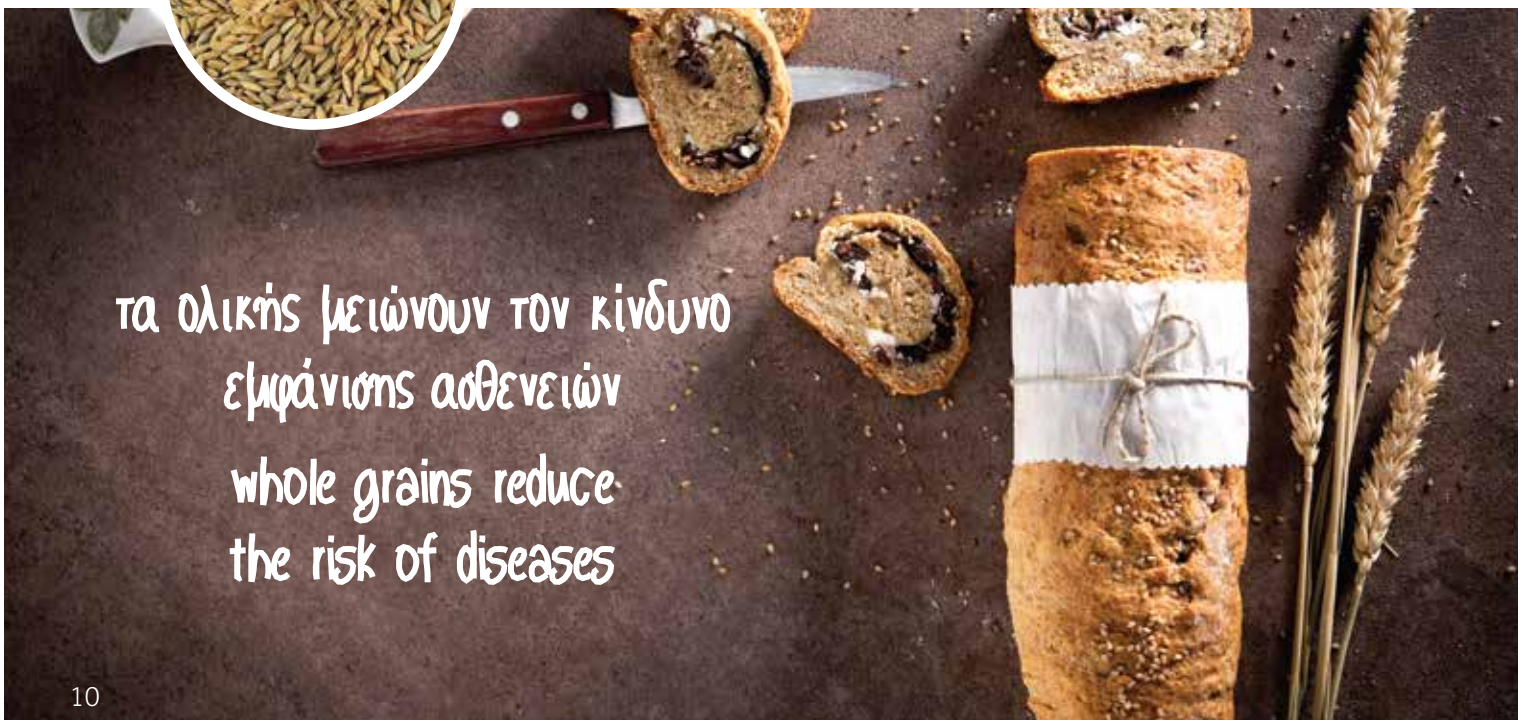
Rye

Whole grain products, according to many studies, reduce the risk of developing chronic diseases, such as cardiovascular disease and diabetes.

Rye is a very good source of dietary fiber, phosphorus, magnesium, manganese, protein and vitamin B1 and is the basis of a healthy and balanced diet.

It is also a rich source of phytoestrogens which act as antioxidants.

Rye flour contains less gluten than wheat flour. However, since it still contains gluten, it is unsuitable for people with celiac disease or gluten sensitivity.



Χαρούπι

Το χαρούπι, ένας καρπός υψηλής διατροφικής αξίας, χαρακτηρίζεται ως το κρητικό superfood.

Τα αρτοσκευάσματα από Χαρουπάλευρο περιέχουν σε κάποιο ποσοστό αλεύρι χαρουπιού. Το χαρούπι είναι ένα ιδιαίτερα πλούσιο σε διατροφικά στοιχεία τρόφιμο και είναι αυτό που συντήρησε τον Άγιο Ιωάννη τον Βαπτιστή κατά την περιπλάνηση του στην έρημο καθώς και μεγάλο μέρος του ελληνικού πληθυσμού κατά την περίοδο της κατοχής.

Είναι πλούσιο σε φυτικές ίνες, αντιοξειδωτικά, βιταμίνες και ιχνοστοιχεία (βιταμίνη Α, βιταμίνες του συμπλέγματος Β, κάλιο, φώσφορος, μαγνήσιο, σίδηρο, ψευδάργυρο, μαγγάνιο και χαλκό). Είναι επίσης πλούσιο σε ασβέστιο, καθώς περιέχει 3 φορές περισσότερο από το γάλα.

χαρακτηρίζεται ως το κρητικό superfood

characterized as the Cretan superfood

Carob

Carob, a bean of high nutritional value, is characterized as the Cretan superfood.

Goods made of carob contain a certain amount of carob flour. Carob is a particularly nutritious food and is what sustained St. John the Baptist during his wanderings in the desert as well as a large part of the Greek population during the occupation period.

It is rich in fiber, antioxidants, vitamins and trace elements (vitamin A, B vitamins, potassium, phosphorus, magnesium, iron, zinc, manganese and copper). It is also rich in calcium, as it contains 3 times more than milk.

15kg

Πλάθω υγεία

Tritordeum (Τριτόρντεουμ)

Το tritordeum είναι ένα νέο φυσικό δημητριακό που γεννήθηκε από τη διασταύρωση του σκληρού σιταριού και του άγριου κριθαριού. Το tritordeum περιέχει γλουτένη, αλλά η ποιότητα της είναι διαφορετική από το σιτάρι, το οποίο το καθιστά πιο εύπεπτο. Επίσης, περιέχει 10 φορές περισσότερη λουτεΐνη από το σιτάρι, ένα αντιοξειδωτικό ωφέλιμο για την υγεία των ματιών και την προστασία του δέρματος. Έχει περισσότερο ελαϊκό οξύ από το σιτάρι, ένα μονοακόρεστο λιπαρό οξύ χαρακτηριστικό στη μεσογειακή διατροφή που βοηθά στη μείωση του κινδύνου καρδιαγγειακών παθήσεων. Έχει περισσότερες φυτικές ίνες από το σιτάρι, με θετικές επιδράσεις στην καρδιαγγειακή υγεία. Επιπλέον, το tritordeum είναι ένα πιο οικολογικό σιτηρό δεδομένου ότι η καλλιέργειά του χρειάζεται λίγο νερό και έχει υψηλή αντοχή. Είναι 100% ιχνηλάσιμο, αφού προέρχεται από επιλεγμένους Έλληνες αγρότες, κάνοντας την προέλευση κάθε παρτίδας εύκολα ανιχνεύσιμη. Τέλος, τα αρτοσκευάσματα από tritordeum έχουν μοναδικά χαρακτηριστικά. Γλυκιά γεύση, φυσικό άρωμα και χρυσό κίτρινο χρώμα!

διασταύρωση του σκληρού σιταριού και του άγριου κριθαριού

a new natural cereal, cross of durum wheat and wild barley

Tritordeum

Tritordeum is a new natural cereal born from the cross of durum wheat (Triticum durum) and wild barley (Hordeum chilense). Tritordeum contains gluten, but its quality is different from wheat, which makes it more digestible. It also contains 10 times more lutein than wheat, an antioxidant beneficial for eye health and skin protection. It has more oleic acid than wheat, a monounsaturated fatty acid characteristic of the Mediterranean diet that helps reduce the risk of cardiovascular disease. It has more fiber than wheat, with positive effects on health. In addition, tritordeum is a sustainable grain as its crop needs little water and is highly resistant. It is 100% traceable, as it comes from selected Greek farmers, making the origin of each batch easily traceable. Finally, tritordeum bakery products have unique characteristics. Sweet taste, natural aroma and golden yellow color!

Δίκοκκο Σιτάρι (Ζέα)

Το Δίκοκκο Σιτάρι είναι ένα από τα αρχαιότερα δημητριακά που είναι γνωστά στον άνθρωπο και ήταν βασικό συστατικό της διατροφής των αρχαίων Ελλήνων.

Θεωρείται ένα από τα πιο υγιεινά δημητριακά καθώς έχει υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες και μέταλλα. Ο γλυκαιμικός δείκτης του είναι χαμηλότερος από το κοινό σιτάρι.

Επιπλέον, παρότι περιέχει γλουτένη, η σύστασή της είναι τέτοια που καθιστά τα αρτοσκευάσματα από Δίκοκκο Σιτάρι πιο εύπεπτα για τον ανθρώπινο οργανισμό.

Triticum Dicoccum (Farro)

Triticum dicoccum is one of the oldest cereals known to man and was a key component of the diet of ancient Greeks.

It is considered as one of the healthiest foods because of its high content in fiber and minerals. The glycemic index is lower than common wheat.

Moreover, although it contains gluten, its composition is such, that makes baking products more digestible.

Βασικό συστατικό της διατροφής των αρχαίων Ελλήνων

key component of the diet of ancient Greeks

Πλάθω υγεία

Dinkel (Ντίνκελ)

Το αλεύρι Dinkel παράγεται από ένα αρχέγονο είδος σιταριού εξαιρετικής ποιότητας που ανήκει στην ίδια οικογένεια με το κοινό σιτάρι.

Η ιδιαιτερότητα του έγκειται στην ήπια γεύση του, στην υψηλή διατροφική του αξία και στη σκληρή εξωτερική φλούδα που προστατεύει τον πυρήνα του, διατηρώντας τις θρεπτικές του ουσίες.

Το Dinkel δεν είναι κατάλληλο για τα άτομα που πάσχουν από την νόσο κοιλιοκάκη. Ωστόσο, ορισμένα άτομα με αλλεργία ή ήπια δυσανεξία στη γλουτένη αποδέχονται στον οργανισμό τους το Dinkel χωρίς δυσάρεστα συμπτώματα.

Dinkel

Dinkel flour is produced from an ancient wheat variety of excellent quality that belongs to the same family as the common wheat.

The particularity lies in the mild taste, high nutritional value and tough outer peel which protects the core, maintaining nutrients.

Dinkel is not suitable for people suffering from celiac disease. However some people with allergies or mild gluten intolerance accept Dinkel without unpleasant symptoms in their digestive system.

η εξωτερική φλούδα του διατηρεί τις θρεπτικές ουσίες

the tough outer peel maintains nutrients

Multi fit με σπόρους Chia (Τσία)

Το φυτό Chia (Τσία) ανήκει στην οικογένεια της μέντας και φύεται στο κεντρικό και νότιο Μεξικό και τη Γουατεμάλα. Τους σπόρους Chia τους κατανάλωναν οι Αζτέκοι που τους θεωρούσαν πηγή ενέργειας και δύναμης.

Τα τελευταία χρόνια έχουν αναγνωριστεί ως υπερτροφή και διαδίδονται ολοένα και περισσότερο στο δυτικό κόσμο.

Οι σπόροι αναμεμιγμένοι με νερό διογκώνονται και δημιουργούν ένα είδος τζελ. Σε αυτή τους την ιδιότητα οι σπόροι Chia οφείλουν τη φήμη τους ως κατάλληλοι για διατροφή που οδηγεί σε απώλεια σωματικού βάρους.

Οι σπόροι Chia είναι πλούσιοι σε πρωτεΐνη, φυτικές ίνες, ω-3 λιπαρά οξέα, ασβέστιο, βόριο και αντιοξειδωτικά. Επίσης, είναι καλή πηγή μαγνησίου, σιδήρου και καλίου.

οι Αζτέκοι τους θεωρούσαν πηγή ενέργειας και δύναμης

Aztecs considered them as a source of energy and power

Multi fit with Chia seeds

Chia plant belongs to the mint family and grows in central and southern Mexico and Guatemala. Aztecs who were consuming chia seeds, considered them as a source of energy and power.

During the recent years, chia seeds have been recognized as superfood and they are increasingly spread to the western world.

The seeds when mixed with water, swell and create a kind of gel. In that characteristic Chia seeds owe their reputation as being suitable for weight loss.

Chia seeds are rich in protein, fiber, omega-3 fatty acids, calcium, boron and antioxidants. They are also a good source of magnesium, iron and potassium.

Πλάθω υγεία

Με Λιναρόσπορο

Ο λιναρόσπορος είναι πηγή ω-3 λιπαρών οξέων, υπό τη μορφή ALA, τα οποία συμβάλλουν στη διατήρηση των φυσιολογικών επιπέδων χοληστερόλης στο αίμα. Επιπλέον, είναι εξαιρετική πηγή φυτικών ινών και μαγγανίου και είναι πλούσιος σε φυλλικό οξύ, βιταμίνη Β6, μαγνήσιο, ασβέστιο, φώσφορο και χαλκό.

Τα ω-3 λιπαρά οξέα είναι πολυακόρεστα λιπαρά τα οποία υπάρχουν σε δύο μορφές. Η μία μορφή είναι τα λιπαρά οξέα EPA και DHA τα οποία υπάρχουν σε υψηλά ποσοστά σε ψάρια όπως ο σολωμός και οι σαρδέλες. Η άλλη μορφή είναι το απαραίτητο για τον οργανισμό λιπαρό οξύ ALA το οποίο υπάρχει σε φυτικούς σπόρους όπως ο λιναρόσπορος. Ειδικότερα το ALA δεν σχηματίζεται από τον ανθρώπινο οργανισμό, αλλά προσλαμβάνεται μόνο μέσω της τροφής.

τα ω-3 λιπαρά συμβάλλουν στη διατήρηση φυσιολογικών επιπέδων χοληστερόλης

omega-3 fatty acids help maintain normal cholesterol

With Flaxseed

Flaxseed is a source of omega-3 fatty acids in the form of ALA, which contribute to the maintenance of normal blood cholesterol levels. Moreover, it is an excellent source of fiber and manganese and is rich in folic acid, vitamin B6, magnesium, calcium, phosphorus and copper.

Omega-3 fatty acids are polyunsaturated fats that are present in two forms. One form is the EPA and DHA fatty acids which are present in high levels in fish like salmon and sardines. The other form is the essential for the body ALA fatty acid which is present in plant seeds such as linseed. Specifically, ALA is not formed by the body, but is taken up only via food.

Healthy baking

Με Φύτρο Σταριού

Το φύτρο είναι το μέρος του σπόρου του σταριού το οποίο θα βλαστήσει και θα μας δώσει το νέο φυτό. Σε ένα λευκό αλεύρι το φύτρο αφαιρείται εξ ολοκλήρου, ενώ στα αλεύρια ολικής αλέθεται, όμως αποτελεί μόνο το 2,5% του σπόρου.

Το αλεύρι με φύτρο είναι ενισχυμένο με πενταπλάσιο φύτρο από ένα αλεύρι ολικής, ώστε να παρέχει επιπλέον οφέλη υγείας.

Το φύτρο σταριού θεωρείται από τις πιο θρεπτικές τροφές καθώς προσφέρει σημαντική ποσότητα βιταμινών, μετάλλων και πρωτεϊνών, όπως βιταμίνη Ε, φυλλικό οξύ, μαγνήσιο, θειαμίνη, φώσφορο, ψευδάργυρο.

Το φύτρο σταριού είναι επίσης πλούσιο σε φυτικές ίνες και περιλαμβάνει μόνο πολυακόρεστα λιπαρά, ενώ δεν περιέχει αλάτι.

ενισχυμένο με πενταπλάσιο φύτρο από ένα αλεύρι ολικής

five times the quantity of germ compared to whole grain

With Wheat Germ

The germ is the part of the wheat grain which will germinate and give us the new plant. In a white flour germ is removed entirely, while in whole grain flour is maintained, but is only 2.5% of the seed.

Flour with wheat germ contains five times the quantity of germ of a whole grain flour in order to provide additional health benefits.

The wheat germ is considered one of the most nutritious foods as it provides a significant amount of vitamins, minerals and proteins, such as vitamin E, folic acid, magnesium, thiamine, phosphorus, zinc.

Wheat germ is also rich in fiber and contains only polyunsaturated fat, while it contains no salt.

Πλάθω υγεία

Φαγόπυρο

Το Φαγόπυρο ανήκει στα λεγόμενα ψευδοδημητριακά, ενώ έχει επικρατήσει να ονομάζεται «μαύρο στάρι». Οι καρποί του αποτελούν μια πολύ θρεπτική τροφή για τον άνθρωπο και έχουν υψηλή διατροφική αξία. Είναι πλούσιο σε μαγνήσιο, σίδηρο, βιταμίνες θειαμίνη (Β1), ριβοφλαβίνη (Β2), νιασίνη (Β3) και πυριδοξίνη (Β6).

Αποτελεί πολύ καλή πηγή αμύλου, η δε βιολογική αξία των πρωτεϊνών του φαγόπυρου είναι συγκρίσιμη με πηγές ζωικής πρωτεΐνης μιας και περιέχει όλα τα απαραίτητα αμινοξέα (λυσίνη, θρεονίνη, τρυπτοφάνη κλπ) ενώ στους σπόρους του υπάρχει σημαντικός αριθμός θρεπτικών ουσιών με ισχυρή αντιοξειδωτική και αντιφλεγμονώδη δράση, όπως φλαβονοειδή, φαγοπυρίνες, διαιτητικές ίνες και άλλα ιχνοστοιχεία.

περιέχει απαραίτητες θρεπτικές ουσίες

contains essential nutrients

Buckwheat

Buckwheat belongs to the so-called pseudocereals, while it has prevailed to be called "black wheat". Its fruits are a very nutritious food for humans and have a high nutritional value. It is rich in magnesium, iron, vitamins thiamine (B1), riboflavin (B2), niacin (B3) and pyridoxine (B6).

It is a very good source of starch, and the biological value of buckwheat proteins is comparable to sources of animal protein since it contains all the necessary amino acids (lysine, threonine, tryptophan, etc.) while its seeds contain a significant number of nutrients with strong antioxidant and anti-inflammatory effects , such as flavonoids, fagopyrins, dietary fiber and other trace elements.

Healthy baking

Καμούτ

Το σιτάρι Χορασάν είναι ένας αρχαίο δημητριακό με καταγωγή από τη Μεσοποταμία και την Αίγυπτο, που έχει διασωθεί μέχρι τις μέρες μας. Ο σπόρος του, γνωστός και ως Καμούτ, είναι εξαιρετική πηγή πρωτεϊνών, ινών, ψευδαργύρου, φωσφόρου, μαγνησίου, βιταμίνης Β1 (θειαμίνη) και βιταμίνης Β3 (νιασίνη). Επίσης, έχει υψηλή περιεκτικότητα σε μέταλλα όπως σελήνιο, χαλκός, μαγγάνιο και μολυβδαίνιο.

Το Καμούτ περιέχει επίσης πολυφαινόλες και καροτενοειδή που έχουν ισχυρές αντιοξειδωτικές και αντιφλεγμονώδεις δράσεις.

Εξαιτίας των εξαιρετικών θρεπτικών του χαρακτηριστικών του ενδείκνυται ιδιαίτερα για αθλητές και για άτομα με ενεργό τρόπο ζωής και φυσικά είναι ιδανικό για όποιον ψάχνει την υψηλή διατροφική ποιότητα.

Kamut

Khorasan wheat is an ancient cereal originating from Mesopotamia and Egypt, which has survived to this day. Its seed, also known as Kamut, is an excellent source of protein, fiber, zinc, phosphorus, magnesium, vitamin B1 (thiamine) and vitamin B3 (niacin). It also has a high content of minerals such as selenium, copper, manganese and molybdenum.

Kamut also contains polyphenols and carotenoids that have strong antioxidant and anti-inflammatory effects.

Due to its excellent nutritional characteristics, it is particularly suitable for athletes and people with an active lifestyle, and of course it is ideal for anyone looking for high nutritional quality.

για άτομα με ενεργό τρόπο ζωής

for people with an active lifestyle

Πλάθω υγεία

Κινόα

Πιστεύεται ότι η Κινόα καλλιεργήθηκε πριν από περίπου 5000 χρόνια στη λίμνη Τιτικάκα που συνορεύει με το Περού και τη Βολιβία.

Έχει υψηλή περιεκτικότητα σε πρωτεΐνη και είναι από τις λίγες φυτικές τροφές που προσφέρουν και τα εννέα από τα απαραίτητα αμινοξέα που χρειάζεται το ανθρώπινο σώμα σε μια υγιή ισορροπία.

Έχει υψηλές ποσότητες καλίου, το οποίο βοηθά στον έλεγχο της αρτηριακής πίεσης και είναι πλούσιο σε αντιοξειδωτικά που μπορούν να βοηθήσουν στη διαχείριση του διαβήτη τύπου 2. Αν και μικροσκοπική, η Κινόα βοηθάει τον οργανισμό ώστε να αισθάνεστε χορτάτοι για μεγάλο διάστημα.

Quinoa

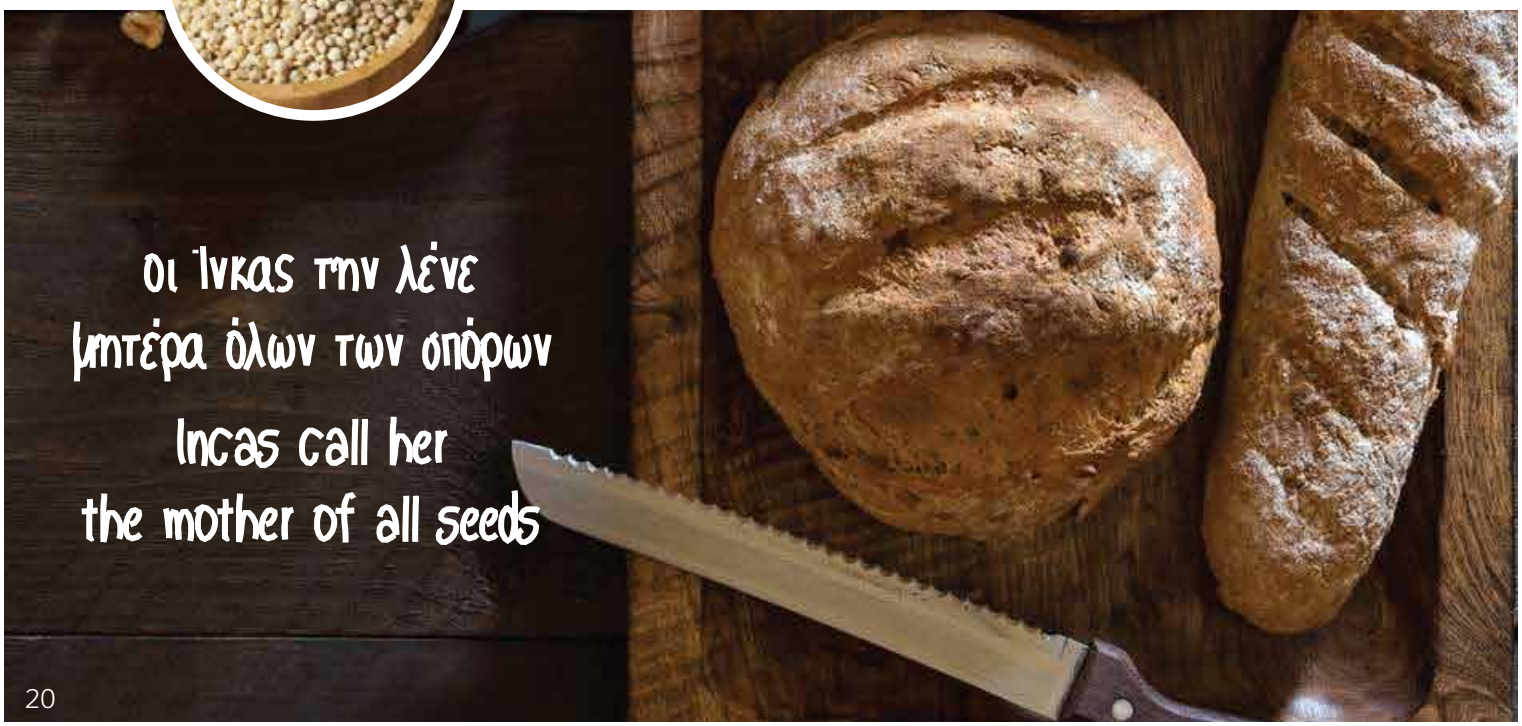
Quinoa is believed to have been cultivated around 5000 years ago in Lake Titicaca bordering Peru and Bolivia.

It is high in protein and is one of the few plant foods that provides all nine of the essential amino acids that the human body needs in a healthy balance.

It has high amounts of potassium, which helps control blood pressure, and is rich in antioxidants that can help manage type 2 diabetes. Although tiny, quinoa helps keep you feeling fuller for longer.

εννέα από τα απαραίτητα αμινοξέα

nine of the essential amino acids



Teff

Το Teff είναι εξαιρετικά θρεπτικό κι από τη φύση του χωρίς γλουτένη. Σε σύγκριση με άλλα δημητριακά το Teff αποτελεί μια καλή πηγή χαλκού, μαγνησίου, καλίου, φωσφόρου, μαγγανίου, ψευδαργύρου και σεληνίου.

Επιπλέον είναι μια εξαιρετική πηγή πρωτεΐνης με όλα τα απαραίτητα αμινοξέα τα οποία είναι τα δομικά στοιχεία της πρωτεΐνης στο σώμα μας.

Έχει ιδιαίτερα υψηλή περιεκτικότητα σε λυσίνη, ένα αμινοξύ που συχνά λείπει σε άλλα δημητριακά, η οποία είναι απαραίτητη για την παραγωγή πρωτεϊνών, ορμονών, ενζύμων, κολλαγόνου και ελαστίνης.

Το Teff είναι υψηλότερο σε φυτικές ίνες από πολλά άλλα δημητριακά, ενώ είναι εξαιρετικά υψηλό σε σίδηρο, ένα απαραίτητο μέταλλο που μεταφέρει οξυγόνο σε όλο το σώμα μας μέσω των ερυθρών αιμοσφαιρίων.

Teff

Teff is highly nutritious and naturally gluten-free. Compared to other grains, Teff is a good source of copper, magnesium, potassium, phosphorus, manganese, zinc and selenium.

In addition, it is an excellent source of protein with all the essential amino acids which are the building blocks of protein in our body.

It is particularly high in lysine, an amino acid often lacking in other grains, which is essential for the production of proteins, hormones, enzymes, collagen and elastin.

Teff is higher in fiber than many other grains, while being extremely high in iron, an essential mineral that carries oxygen throughout our bodies through red blood cells.

από τη φύση του χωρίς γλουτένη

naturally gluten free

15kg

Πλάθω υγεία

Με μειωμένη περιεκτικότητα σε Αλάτι

Μια διατροφή χαμηλή σε αλάτι, σε συνδυασμό με υγιεινή διατροφή βοηθάει στον έλεγχο της πίεσης σε όσους έχουν υπέρταση. Επίσης, σε υγιείς ανθρώπους, μπορεί να μειώσει τον κίνδυνο εμφάνισής της στο μέλλον.

Η αύξηση της πίεσης οφείλεται στο ότι το νάτριο, που περιέχεται στο αλάτι, προκαλεί κατακράτηση υγρών, η οποία έχει ως συνέπεια την αύξηση του όγκου του αίματος στο κυκλοφορικό σύστημα. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να προστίθεται επιπλέον πίεση στα τοιχώματα των αρτηριών.

Δύο φέτες ψωμί από το μίγμα Πλάθω Υγεία περιέχουν 0,175 γραμμάρια νατρίου*.
Η ποσότητα αυτή είναι κατά 30% χαμηλότερη από ένα κοινό ψωμί, χωρίς να δημιουργεί γευστικά αισθητή διαφορά. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας συστήνει λιγότερο από 5 γρ. αλατιού ημερησίως.

*Εφόσον παρασκευάζεται σύμφωνα με την προτεινόμενη συνταγή.

30% λιγότερο αλάτι από ένα κοινό ψωμί

30% less salt compared to a common bread

With reduced Salt content

A diet low in salt, in combination with a healthy diet helps to control the pressure in people with hypertension. Also, in healthy people, can reduce the risk of occurrence in future.

The increase in blood pressure is due to the sodium contained in the salt, causing fluid retention, which has the effect of increasing the volume of blood in the circulatory system. This leads to added extra pressure in the arteries.

Two slices of reduced salt content bread contain 0.175 grams of sodium*. This amount is 30% lower than a common bread, without creating noticeable taste difference. The World Health Organization recommends less than 5 g salt daily.

*If prepared in accordance with the proposed recipe.

Healthy baking

Με Σίδηρο, Φυλλικό οξύ και B12

Ο σίδηρος συμβάλλει στο σχηματισμό του αίματος και τη μεταφορά του οξυγόνου στον οργανισμό. Επίσης, βοηθάει στη φυσιολογική λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος και συνεισφέρει στη φυσιολογική νοητική λειτουργία.

Το φυλλικό οξύ συμβάλλει στη φυσιολογική ανάπτυξη του μητρικού ιστού κατά την εγκυμοσύνη.

Η βιταμίνη B12 βοηθάει στη φυσιολογική λειτουργία του νευρικού συστήματος και συνεισφέρει στη διατήρηση της νοητικής απόδοσης καθώς μεγαλώνουμε. Επίσης συμβάλλει στο σχηματισμό του αίματος.

Δύο φέτες ψωμί από αλεύρι εμπλουτισμένο σε κάθε ένα από τα δύο γεύματα αρκούν για να καλύψουν το 25% των ημερήσιων αναγκών του ανθρώπινου οργανισμού σε σίδηρο, το 50% σε φυλλικό οξύ και το 28% σε βιταμίνη B12*.

*Στα πλαίσια μιας ισορροπημένης και υγιεινής διατροφής.

25% των αναγκών σε σίδηρο, 50% σε φυλλικό, 28% σε B12

25% of daily needs in iron, 50% in folic acid, 28% in B12

With Iron, Folic acid and B12

Iron contributes to the formation of blood and oxygen transfer in the body. It also helps the normal function of the immune system and contributes to normal cognitive function.

Folic acid plays a large role in cell growth and development as well as tissue formation during pregnancy.

Vitamin B12 helps in the normal functioning of the nervous system and helps maintain mental performance as we age. Also contributes to blood formation.

Two slices of bread from enriched flour in each of the two meals are sufficient to cover 25% of the daily needs of the human body in iron, 50% in folic acid and 28% in B12 *.

*As part of a balanced and healthy diet.

Πλάθω υγεία

Βιολογικά άλευρα

BIO-T70 για λευκό ψωμί και χρήση σε ταχυζυμωτήρια ή απλά ζυμωτήρια.

BIO-ΚΑΤΜ για χωριάτικο ή σύμμεικτο ψωμί.

BIO-Ολικής μαλακό για μαύρο ψωμί και αρτοσκευάσματα ολικής άλεσης.

BIO-Ολικής σκληρό για παραδοσιακό παξιμάδι, χωριάτικο ψωμί και προϊόντα ολικής άλεσης.

BIO-Ολικής από σίκαλη για την παρασκευή ψωμιού και αρτοσκευασμάτων σικάλεως.

BIO-Ολικής από κριθάρι για την παρασκευή κριθαρένιων κρητικών παξιμαδιών, κριθαρένιου ψωμιού και αρτοσκευασμάτων.

BIO-Ζαχαροπλαστικής για την παρασκευή βιολογικών προϊόντων ζαχαροπλαστικής.

BIO-Extra από μαλακό στάρι και ενισχυμένο με γλουτένη για την παρασκευή κρουασάν και τσουρεκιού.

BIO-Dinkel για την παρασκευή ψωμιού Dinkel.

χωρίς υπολείμματα φυτοφαρμάκων και λιπασμάτων

without pesticide and chemical fertilizer traces

Organic flour

BIO-Bread baking flour for white bread.

BIO-Durum wheat for rustic bread.

BIO-Whole grain soft for whole grain bread and bakery products.

BIO-Whole grain hard for traditional rusk, rustic bread and whole grain bakery products.

BIO-Whole grain rye for rye bread and bakery products.

BIO-Whole grain barley for barley cretan rusks, barley bread and bakery products.

BIO-Pastry for organic pastry products.

BIO-Extra from soft wheat and enhanced with gluten for croissant and buns.

BIO-Dinkel for Dinkel bread.

Healthy baking

Χωρίς γλουτένη

Η γλουτένη είναι μια σημαντική πηγή πρωτεΐνης πολλών δημητριακών όπως το σιτάρι, το κριθάρι και η σίκαλη και βρίσκεται σε πολλές τροφές, όπως το ψωμί, τα ζυμαρικά, τα μπισκότα, τα κέικ κ.ά. Η γλουτένη δίνει την ελαστικότητα στο ζυμάρι και ευθύνεται για τη δομή που σχηματίζεται κατά τη διαδικασία παρασκευής ψωμιού.

Κάποια άτομα παρουσιάζουν δυσανεξία στη γλουτένη η οποία οφείλεται στη δυσαπορρόφησή της από τον οργανισμό. Η δυσανεξία μπορεί να παρουσιάζεται με ήπια μορφή, με συμπτώματα όπως λήθαργος, φούσκωμα, ευερεθιστότητα και μικροενοχλήσεις στο έντερο ή σε σοβαρή μορφή που λέγεται κοιλιοκάκη. Όταν ένα άτομο που πάσχει από κοιλιοκάκη καταναλώσει γλουτένη, ακόμα και ίχνη της, αντιδρά με πολύ έντονα εντερικά συμπτώματα.

Τα αλεύρι χωρίς γλουτένη παρασκευάζεται υπό ελεγχόμενες συνθήκες από πρώτες ύλες όπως καλαμπόκι, ρύζι, πατάτα και ταπιόκα, οι οποίες από τη φύση τους δεν περιέχουν γλουτένη.

Διατίθεται σε ποικιλία τύπων:

Ψωμί / Πίτσας / Βουτήματα / Κέικ & Μάφιν / Φύλλο

από πρώτες ύλες που δεν περιέχουν γλουτένη

from food ingredients which do not contain gluten

Gluten free

Gluten is a significant source of protein of many cereal grains such as wheat, barley and rye and can be found in many foods such as bread, pasta, biscuits, cakes, etc. Gluten gives elasticity to dough, helping it rise and keep its shape.

Some people are intolerant to gluten due to its malabsorption from the body. Intolerance may be with mild symptoms such as lethargy, bloating and intestine irritability or a severe form called celiac disease. When a person suffering from celiac disease consumes gluten, even in traces, reacts with strong intestinal symptoms.

The gluten free flour is produced under controlled conditions from foods such as maize, rice, potato and tapioca which do not contain gluten.

Available in a variety of types:

Bread / Pizza / Cookies / Cake & Muffin / Filo dough

ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ

Αρτοποιίας λευκά

Bread & Baking

T70 Δυνατό

Αλεύρι δυνατό με υψηλή απορρόφηση και πολύ καλή διόγκωση. Δίνει ψωμί με εξαιρετική κυψέλωση και λεπτή κόρα. Αντέχει στην καταπόνηση και είναι κατάλληλο για ταχυζυμωτήρια και για κυλίνδρισμα.

T70 Απαλό

Απαλό αλεύρι για χειροποίητα ζυμάρια που προσφέρει καλή διόγκωση. Δίνει εύγευστο χειροποίητο και χωριάτικο ψωμί με καλή κυψέλωση. Ιδανικό για χρήση σε απλά ζυμωτήρια.

T70 50/50

Ενδιάμεσος τύπος αλεύρου, μίγμα από T70 Δυνατό και T70 Απαλό με καλή απορρόφηση νερού και διόγκωση. Κατάλληλο για χρήση τόσο σε ταχυζυμωτήρια όσο και σε απλά ζυμωτήρια.

T70 Πίτας

Μαλακό αλεύρι που δίνει χαλαρό ζυμάρι με μεγάλη εκτατότητα και προσφέρει ευκολία στο πλάσιμο. Ειδικά σχεδιασμένο για πίτες σουβλακιού και αραβικές πίτες.

Απαλό Ζαχαροπλαστικής

Μαλακό αλεύρι κατάλληλο για όλες τις χρήσεις της ζαχαροπλαστικής όπως βουτήματα, κουλουράκια, κουραμπιέδες, μελομακάρονα, κέικ, παντεσπάνι κλπ.

T55

Αλεύρι τύπου 55% που προσφέρει υψηλή απορρόφηση νερού. Κατάλληλο για χρήσεις κυρίως στην αρτοποιία αλλά και στη ζαχαροπλαστική. Ιδανικό για ψωμί πολυτελείας, κουβέρ, σάντουιτς, φρυγανιές, ψωμί για τοστ κλπ.

Ψωμί της Πάσας

Αλεύρι τύπου 70 από σιτάρια υψηλής ποιότητας, με έντονο άρωμα και πλούσια γεύση, που παραπέμπει σε ψωμί που έχει ωριμάσει αργά πάνω στις πάσες.

υψηλή απορρόφηση, καλή διόγκωση και λεπτή κόρα

high water absorption, good swelling and fine crust

T70 Strong

Strong flour with high water absorption and good swelling. It gives bread with excellent structure and thin crust. Suitable for spiral mixers.

T70 Soft

Soft flour for handmade doughs which offers good swelling. It gives delicious handmade bread with good structure. Ideal for use in simple mixers.

T70 50/50

Intermediate flour type, a mixture of T70 Strong and T70 Mild with good water absorption and swelling. Suitable for use in both spiral and simple mixers.

T70 Pita Bread

Soft flour that gives fluffy dough with great extensibility and offers ease of molding. Specially designed for souvlaki pita bread and arabic bread.

Soft Pastry

Soft flour suitable for all uses of pastry such as biscuits, cookies, buns, cakes etc.

T55

Flour 55% offering high water absorption. Suitable for use in baking and pastry. Ideal for white bread, cover charge, sandwiches, toast, sliced bread etc.

Pasas Bread

White flour from high-quality wheats, with the intense aroma and rich flavor of long fermentation.

ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ

Αρτοποιίας κίτρινα

Durum wheat

Κατηγορίας Μ Ψιλό

Δυνατό κίτρινο αλεύρι, με σιμιγδάλι, από σκληρά στάρια, που προσφέρει καλή διόγκωση. Δίνει ψωμί με υπέροχη γεύση, έντονο χρώμα και τραγανή κόρα. Ιδανικό για χωριάτικο και σύμμεικτο ψωμί.

Κατηγορίας Μ Χονδρό

Χονδροαλεσμένο κίτρινο αλεύρι, από σκληρά στάρια, που προσφέρει καλή διόγκωση. Δίνει γευστικό ψωμί με χονδρή κόρα, τραγανό, με σκάσιμο, χρυσίζων χρώμα, και ανοικτή κυψέλωση. Ιδανικό για παραδοσιακό χωριάτικο και σύμμεικτο ψωμί.

Κατηγορίας Μ Extra

Εξτρά δυνατό ψιλό αλεύρι, κατηγορίας Μ. Προσφέρει πολύ καλή διόγκωση και απορρόφηση νερού. Δίνει ψωμί με εξαιρετικό κίτρινο χρώμα και τραγανή κόρα. Ιδανικό για χωριάτικο και σύμμεικτο ψωμί.

Σύμμεικτο

Μίγμα αλεύρων ΚΑΤ. Μ και Τ70 Δυνατό, με αναλογία 50% από κάθε τύπο. Ιδανικό για χρήση χωρίς ανάμιξη στο σύμμεικτο ψωμί.

Ορεινό Κρήτης

Αλεύρι ΚΑΤ. Μ από εξαιρετικής ποιότητας σκληρά στάρια. Δίνει ιδιαίτερα γευστικό ψωμί με έντονο κίτρινο χρώμα, τραγανή κόρα, μεγάλη κυψέλωση και εικόνα παραδοσιακού ψωμιού.

έντονο κίτρινο χρώμα, τραγανή κόρα, μεγάλη κυψέλωση

bright yellow color, crispy crust, great structure

Durum wheat Fine

Strong yellow flour, with semolina from durum wheat, with a good swelling. It gives bread with a wonderful flavor, vivid color and crispy crust. Ideal for rustic bread or for mixing with white baking flour.

Durum wheat Coarse

Coarse grind yellow flour from durum wheat, with a good swelling. It gives tasty bread with thick crust, crispy, with cracking, golden color, and wide structure. Ideal for rustic bread or for mixing with white baking flour.

Durum wheat Extra

Extra strong, fine ground flour from durum wheat. It offers very good swelling and water absorption. It gives bread with excellent yellow color and crispy crust. Ideal for rustic bread or for mixing with white baking flour.

Mixed flour

Flour mix from durum wheat and T70 strong, with 50% proportion of each type. Ideal for use without blending in mixed bread.

Orino Kritis

Flour from high quality durum wheat. It gives an extraordinary tasty bread with bright yellow color, crispy crust, great structure and the appearance of a traditional rustic bread.

ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ

Ολικής άλεσης

Whole grain

25kg **Μαλακό σιτάρι**
Αλεύρι πλούσιο σε φυτικές ίνες, από ολόκληρο τον κόκκο του μαλακού σταριού. Για την παρασκευή μαύρου ψωμιού και αρτοσκευασμάτων ολικής άλεσης.

25kg **Σκληρό σιτάρι**
Αλεύρι πλούσιο σε φυτικές ίνες, από ολόκληρο τον κόκκο του σκληρού σταριού. Για την παρασκευή παραδοσιακού παξιμαδιού, χωριάτικου ψωμιού και αρτοσκευασμάτων ολικής άλεσης από σκληρό στάρι.

20kg **Κριθάρι**
Κρίθινο αλεύρι, αλεσμένο σε κυλινδρόμυλο για πλήρη διαχωρισμό του άγανου από το αλεύρι, ώστε να φαίνεται εντονότερα το άγανο. Για την παρασκευή κριθαρένιων κρητικών παξιμαδιών, κριθαρένιου ψωμιού και αρτοσκευασμάτων.

20kg **Κριθάρι πετρόμυλου**
Κρίθινο αλεύρι, αλεσμένο σε παραδοσιακό πετρόμυλο. Για την παρασκευή παραδοσιακών κρητικών κριθαρένιων παξιμαδιών, κριθαρένιου ψωμιού και αρτοσκευασμάτων.

25kg **Σίκαλη**
Αλεύρι μεγάλης διατροφικής αξίας, πλούσιο σε φυτικές ίνες. Διατίθεται σε ολικής άλεσης, 997 (ημίλευκη / γερμανική) και 1150 (ημιολικής). Κατάλληλο για την παρασκευή ψωμιού και αρτοσκευασμάτων σικάλεως.

25kg **Βρώμη**
Αλεύρι πλούσιο σε φυτικές ίνες, από βρώμη. Για την παρασκευή ψωμιού και αρτοσκευασμάτων βρώμης. Διατίθεται σε Βρώμη Ολικής, Βρώμη 997 Πίτυρο Βρώμης.

25kg **T90**
Αλεύρι τύπου 90% από μαλακά στάρια, πλούσιο σε φυτικές ίνες. Περιέχει ψιλοαλεσμένο πίτυρο. Για την παρασκευή πιτυρούχου ψωμιού και αρτοσκευασμάτων.

πλούσια σε φυτικές ίνες για ψωμί και αρτοσκευάσματα ολικής

rich in fiber for wholemeal bread and baking products

Soft wheat
Flour rich in fiber from whole grains of soft wheat. For wholemeal bread and bakery products.

Durum wheat
Flour rich in fiber from whole grains of durum wheat. For traditional rusk, rustic bread and wholemeal products.

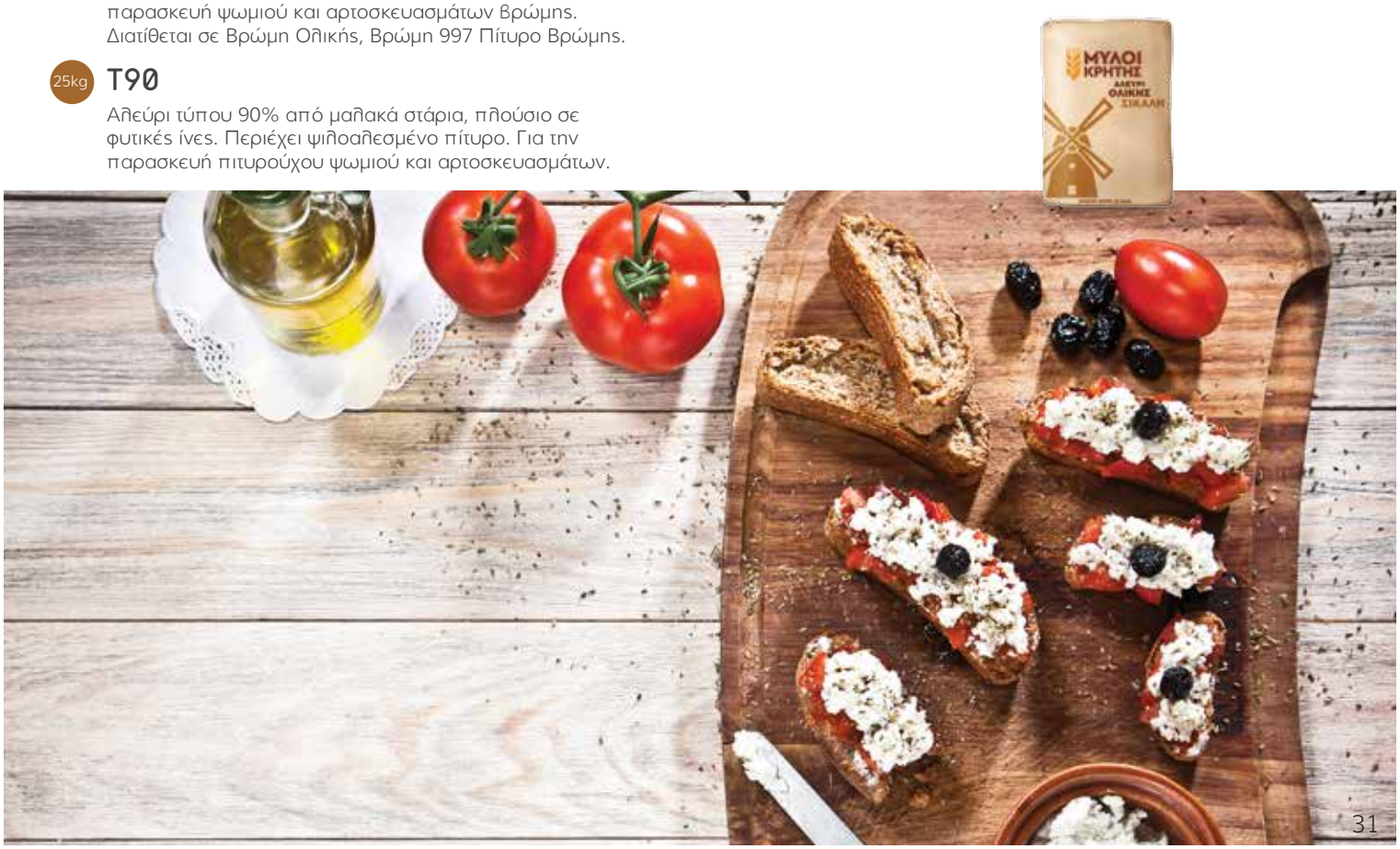
Barley
Barley flour, ground in a roller mill for complete separation of the awn from the flour so that the awn can be distinctive. For cretan barley rusks, barley bread and bakery products.

Stone milled Barley
Barley flour, ground in a stone mill. For cretan barley rusks, barley bread and products.

Rye
Flour rich in fiber from rye. It is available in whole grain, 997 (semi white) and 1150 (semi whole grain). For rye bread and bakery products.

Oat
Flour rich in fiber from oats. For oat bread and bakery products. It is available in whole grain, 997 (semi white) and bran.

T90
Flour of 90% grinding from soft wheat, rich in fiber. It contains finely ground bran. For the preparation of bran bread and bakery products.



ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ

Ολικής ψιλής άλεσης

Ολικής Ψιλής Άλεσης

Τα άλευρα ολικής ψιλής άλεσης παράγονται ύστερα από ειδική επεξεργασία όπου ο δημητριακός καρπός αλέθεται με πολύ μικρή κοκκομετρία.

Χρησιμοποιώντας άλευρα ολικής ψιλής άλεσης διατηρούνται οι βιταμίνες και τα ιχνοστοιχεία που υπάρχουν στο πίτουρο και το φύτρο του δημητριακού, ενώ παράλληλα γίνεται δυνατή η χρήση σε ζυμάρια όπου τα κλασσικά αλεύρια ολικής άλεσης δεν δίνουν τα επιθυμητά χαρακτηριστικά.

Τα άλευρα ολικής ψιλής άλεσης δημιουργούν ζυμάρι εύπλαστο και ελαστικό, με μεγάλη απορρόφηση υγρών, λεία υφή και ελκυστική όψη.

Τα τελικά προϊόντα είναι προϊόντα ολικής άλεσης με μεγάλη διάρκεια ζωής.

Διατίθενται σε ποικιλία τύπων:

Ψωμί από μαλακό σιτάρι

Ψωμί από σκληρό σιτάρι

Ζαχαροπλαστικής

Πίτας

Κρουασάν

Σφολιάτας

Τσουρεκιού

Ultrafine whole grain

Ultrafine Whole Grain

The ultrafine whole grain flour is produced after special treatment where cereal kernels are milled with very small particle size.

Using ultrafine whole grain you can keep the vitamins and minerals present in the bran and germ of the grain, while it becomes possible to use in doughs where ordinary whole grain flour does not give the desired characteristics.

The ultrafine whole grain can create dough supple and elastic, with high liquid absorption, smooth texture and attractive appearance.

The final products are whole grain products with long shelf life.

Available in a variety of types:

Bread flour from soft wheat

Bread flour from durum wheat

Pastry

Pita bread

Croissant

Puff pastry

Bun

προϊόντα ολικής άλεσης με λεία και ελκυστική όψη

wholemeal products with attractive and smooth appearance

ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ

Μαλακά ειδικών χρήσεων

Low protein

Μαλακό Κανταΐφιού

Αλεύρι υψηλής ποιότητας, από επιλεγμένα στάρια, σε μορφή πούδρας, με πολύ χαμηλό ποσοστό γλουτένης. Δίνει εξαιρετική γεύση και τραγανότητα. Ιδανικό για κανταΐφι, παντεσπάνι, σαβαγιάρ, κρέμες και για την αραίωση μαλακών αλευριών.

Μαλακό Ζαχαροπλαστικής

Αλεύρι υψηλής ποιότητας, με χαμηλό ποσοστό γλουτένης. Δίνει εξαιρετική γεύση, αφρατάδα και χωρίς φύρες σε τελικά προϊόντα. Ιδανικό για βουτήματα, κουραμπιέδες, μελομακάρονα, κέικ, πάστα φλώρα, βασιλόπιτα με μπέικιν πάουντερ, γκοφρέτα, χωνάκι παγωτού, τάρτες.

Αλεύρι για Κουραμπιέδες

Αλεύρι υψηλής ποιότητας, σε μορφή πούδρας, με πολύ χαμηλό ποσοστό γλουτένης. Για φίνους, αφράτους και τραγανούς κουραμπιέδες που αναδεικνύουν τα αρώματα των υλικών.

Αλεύρι για Παντεσπάνι

Αλεύρι πολύ λευκό, φίνο, εξαιρετικά λεπτόκοκκο με μεγάλο αμυλούχο ποσοστό και μικρό πρωτεϊνικό περιεχόμενο. Δίνει γευστικό και αφράτο παντεσπάνι με καλή απορρόφηση των σιροπιών, ελαστικό, εύκολο στην κοπή, χωρίς θρυμματισμούς και φύρες και με μεγάλη διάρκεια ζωής.

εξαιρετική γεύση και τραγανότητα χωρίς φύρες

excellent flavor and crispness with no wastage

Kataifi

High quality flour, from selected wheats, powdery, with very low gluten content. It gives excellent flavor and crispness. Ideal for kataifi, cake, savagiar, creams and to dilute soft flours.

Pastry

High quality flour with a low gluten content. It gives excellent taste, fluffiness and no wastage to finished products. Ideal for biscuits, cakes, cake with baking powder, wafer, ice cream cone, tarts.

Flour for Kurabie

High quality flour, from selected wheats, powdery, with very low gluten content. It gives aromatic kurabie.

Flour for Sponge Cake

White, extremely fine flour with a high starch content and low protein content. It gives delicious and fluffy sponge cake with good absorption of syrups, elastic, easy to cut, with no wastage and long life to finished products.

25kg

ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ

Σκληρά ειδικών χρήσεων

High protein

Σκληρό Φύλλου

Αλεύρι υψηλής ποιότητας, από επιλεγμένα στάρια, με μεγάλη ελαστικότητα, εκτατότητα και αντοχή. Δίνει τελικά προϊόντα με εξαιρετική γεύση. Ιδανική επιλογή για ξεροτήγανα, δίπλες, φύλλο για καλτσούνια και βάση ιταλικής πίτσας.

Σκληρό Σφολιάτας

Αλεύρι υψηλής ποιότητας, από επιλεγμένα στάρια, με μεγάλη απορρόφηση, ελαστικότητα και δύναμη. Δίνει τελικά προϊόντα με εξαιρετική γεύση. Ιδανική επιλογή για φύλλο σφολιάτας και τυρόπιτα.

Filo

High quality flour from selected wheats, with great flexibility, extensibility and strength. It gives products with great taste. Ideal for filo pies and italian pizza.

Puff Pastry

High quality flour from selected wheats, with high absorption, elasticity and strength. It gives products with great taste. Suitable for puff pastry products.

ελαστικότητα και αντοχή στο ζυμάρι, γεύση στα προϊόντα

elasticity and strength in dough, taste in products

ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

Άριστον Φ ενισχυμένα

Enhanced protein

Άριστον Φ extra Ζαχαροπλαστικής

Αλεύρι εξαιρετικής ποιότητας, από επιλεγμένα στάρια, εξαιρετικά δυνατό, με μεγάλη ελαστικότητα. Είναι κατάλληλο για ενίσχυση στα σφολιατοειδή, μπριός, πανετόνε. Ιδανικό για λουκουμάδες, ντόνατς, εκλέρ κλπ.

Ariston F extra Pastry

Excellent quality flour from selected wheats, extremely strong, with great flexibility. It is suitable for enhancement in puff pastry, brioche, panettone. Ideal for donuts, eclairs etc.

Άριστον Φ Τσουρεκιού

Αλεύρι εξαιρετικής ποιότητας, από επιλεγμένα στάρια, ενισχυμένο και εξειδικευμένο για τις ανάγκες των τσουρεκιών. Δίνει τελικά προϊόντα με εξαιρετική γεύση και ποιότητα. Ιδανικό για τσουρέκι, μπριός, πανετόνε.

Ariston F Tsoureki

Excellent quality flour from selected wheats, enhanced and specialized to the needs of buns. It gives finished products with excellent taste and quality. Ideal for tsoureki bun, brioche, panettone.

αλεύρι εξαιρετικής ποιότητας από επιλεγμένα στάρια

excellent quality flour from selected wheats

Άριστον Φ ενισχυμένα

Άριστον Φ Φρυγανιάς

Αλεύρι εξαιρετικής ποιότητας, από επιλεγμένα στάρια, πολύ δυνατό, με μεγάλη απορρόφηση νερού. Δίνει τελικά προϊόντα εξαιρετικής ποιότητας. Ιδανικό για αρτοσκευάσματα πολυτελείας, χάμπουργκερ, ρολλς, φρυγανιές, τσουρέκια, τοστ, κριτσίνια, άρτο.

Ariston F Toast / Rusk

Excellent quality flour from selected wheats, very strong, with high water absorption. It gives excellent quality products. Ideal for hamburgers rolls, toasts, buns, sliced bread, breadsticks, bread.

Άριστον Φ Αμερικής

Αλεύρι εξαιρετικής ποιότητας, από επιλεγμένα στάρια, εξαιρετικά δυνατό. Χρησιμοποιείται για την ενίσχυση των αλεύρων αρτοποιίας.

Ariston F Amerikis

Excellent quality flour from selected wheats, extremely strong. It can be used for enhancing baking flours.

ενισχυμένο με γλουτένη για αντοχή και ελαστικότητα

enhanced with gluten for durability and elasticity

Άριστον Φ Φύλλου

Αλεύρι εξαιρετικής ποιότητας, από επιλεγμένα στάρια, ενισχυμένο ώστε να αυξάνει την ελαστικότητα του ζυμαριού και να κρατάει περισσότερα σιρόπια και γενικώς υγρά. Δίνει τελικά προϊόντα με εξαιρετική γεύση και ποιότητα. Ιδανικό για φύλλο, φύλλο κρούστας, πίτσα, σου.

Ariston F Filo

Excellent quality flour from selected wheats, enchanced with protein in order to increase the elasticity of the dough, while it maintains syrups and liquids. It gives products with excellent taste and quality. Ideal for filo, crust filo, pizza.

Enhanced protein

Άριστον Φ Κρουασάν

Αλεύρι εξαιρετικής ποιότητας, από επιλεγμένα στάρια, πάρα πολύ δυνατό, με μεγάλη ελαστικότητα, που αντέχει στην καταπόνηση και στο πολύ δούλεμα. Δίνει τελικά προϊόντα με εξαιρετική γεύση. Ιδανικό για κρουασάν, τσουρέκι, ντάνις-πάστρι.

Άριστον Φ Μπουγάτσας

Αλεύρι εξαιρετικής ποιότητας, από επιλεγμένα στάρια, ενισχυμένο. Δίνει τελικά προϊόντα με εξαιρετική γεύση και ποιότητα. Ιδανικό για χειροποίητο παραδοσιακό φύλλο μπουγάτσας.

Άριστον Φ Τυρόπιτας

Αλεύρι εξαιρετικής ποιότητας, από επιλεγμένα στάρια. Ενδείκνυται για παραγωγές συνεχούς ροής extruder σφολιάτας. Δίνει τελικά προϊόντα με εξαιρετική γεύση και ποιότητα. Ιδανικό και για παραδοσιακές χωριάτικες πίτες.

τελικά προϊόντα με εξαιρετική γεύση και ποιότητα

finished products with excellent taste and quality

Ariston F Croissant

Excellent quality flour from selected wheats, very strong, with high elasticity and durability. It gives great tasting products. Ideal for croissants, brioche, danish pastry.

Ariston F Bougatsa

Excellent quality enhanced flour from selected wheats. It gives products with excellent taste and quality. Ideal for handmade traditional bougatsa.

Ariston F Pie

Excellent quality flour from selected wheats. Suitable for continuous flow production (extruder lines). It gives products with excellent taste and quality. Ideal for traditional pies.

ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ

Διάφορα δημητριακά

Various cereals

20kg
Κριθάρι
Κρίθινο αλεύρι ολικής άλεσης, αλεσμένο σε κυλινδρόμυλο για πλήρη διαχωρισμό του άγανου από το αλεύρι, ώστε να φαίνεται εντονότερα το άγανο. Ιδανικό για την παρασκευή κριθαρένιων κρητικών παξιμαδιών, κριθαρένιου ψωμιού και αρτοσκευασμάτων.

25kg
Σίκαλη
Αλεύρι μεγάλης διατροφικής αξίας, πλούσιο σε φυτικές ίνες. Διατίθεται σε ολικής άλεσης, T997 (ημίλευκη / γερμανική) και T1150 (ημιολικής). Κατάλληλο για την παρασκευή ψωμιού και αρτοσκευασμάτων σικάλεως.

25kg
Καλαμπόκι
Αλεύρι από επιλεγμένα καλαμπόκια. Βελτιώνει τη γεύση του ψωμιού και δίνει εντονότερο κίτρινο χρώμα. Ιδανικό για την παρασκευή ψωμιού και αρτοσκευασμάτων από καλαμπόκι.

25kg
Βρώμη
Αλεύρι πλούσιο σε φυτικές ίνες, από 100% βρώμη ή αναμεμειγμένο με σταρένιο αλεύρι. Για την παρασκευή ψωμιού και αρτοσκευασμάτων βρώμης.

25kg
Τριομίγαδο
Το τριομίγαδο αλεύρι παράγεται από τρία δημητριακά, το σιτάρι, το κριθάρι και τη βρώμη. Τα αρτοσκευάσματα που παράγονται από τριομίγαδο αλεύρι έχουν υπόξινη γεύση και είναι πολύ γευστικά. Ιδανικό για την παρασκευή του γνωστού τριομίγαδου παξιμαδιού που παρασκευάζονταν σε περιοχές της Κρήτης.

μεγάλη ποικιλία αλεύρων από δημητριακούς καρπούς

great variety of flours from various cereal grains

Barley
Barley flour, ground in a roller mill for complete separation of the awn from the flour so that the awn can be distinctive. For cretan barley rusks, barley bread and bakery products.

Rye
Flour rich in fiber from rye. It is available in whole grain, T997 (semi white) and T1150 (semi whole grain). For rye bread and bakery products.

Corn
Flour from selected corn. Improves the taste of bread and gives a vivid yellow color. Ideal for preparation of corn bread and pastries.

Oat
Flour rich in fiber from 100% oats or mixed with wheat flour. For oat bread and bakery products.

Triomigado
Triomigado flour is produced from three cereals, wheat, barley and oats. The baking products produced by triomigado flour have slightly sour taste and are very tasty. Ideal for the preparation of triomigado rusks that were common in specific areas of Crete.

ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ

Μίγματα αρτοποιίας

Baking mixes

Πολύσπορο
Μίγμα για πολύσπορο, από αλεύρι σίτου και σίκαλης, με νιφάδες σταριού και σίκαλης, σπόρους κεχριού, ηλιόσπορου και παπαρούνας. Δίνει εξαιρετικό πολύσπορο ψωμί και αρτοσκευάσματα. Προσθέτετε μόνο νερό, μαγιά, αλάτι και λάδι.

Multigrain
Mix for multigrain, from wheat flour and rye, with wheat and rye flakes, millet seeds, sunflower and poppy seeds. It gives excellent multigrain bread and pastries. Add only water, yeast, salt and oil.

Παραδοσιακό Γαλλικό (τύπος Campaillou)
Μίγμα για παραδοσιακό γαλλικό ψωμί, από αλεύρι σίτου και βυνάλευρο, με την προσθήκη προζυμιού σίκαλης. Δίνει αυθεντικό γαλλικό ψωμί με εξαιρετική γεύση και άρωμα. Προσθέτετε μόνο νερό, μαγιά και αλάτι.

Traditional French bread (Campaillou type)
Mix for traditional French bread from wheat flour and malt flour with the addition of rye sourdough. It gives authentic French bread with exceptional taste and aroma. Add only water, yeast and salt.

Τσιαπάτα
Μίγμα για αυθεντικό ψωμί τύπου τσιαπάτα, κατάλληλο και για σάντουιτς. Αναμίξτε με αλεύρι τύπου 70 και προσθέστε νερό, μαγιά, ελαιόλαδο και αλάτι.

προσθέστε νερό, μαγιά και αλάτι

add water, yeast and salt

Ciabatta
Mix for authentic ciabatta type bread, suitable also for sandwiches. Mix with T70 flour and add water, yeast, oil and salt.

Μπαγκέτα
Μίγμα για αυθεντικό ψωμί τύπου μπαγκέτα, κατάλληλο και για σάντουιτς. Αναμίξτε με αλεύρι τύπου 70 και προσθέστε νερό, μαγιά και αλάτι.

Baguette
Mix for authentic baguette type bread, suitable also for sandwiches. Mix with T70 flour and add water, yeast and salt.

Μίγματα αρτοποιίας

Ψωμί τοστ

Μίγμα για ψωμί του τοστ, από αλεύρι σταριού. Για εύκολη παρασκευή ψωμιού του τοστ με μεγάλη διατηρησιμότητα. Προσθέτετε νερό, μαγιά, μαργαρίνη και ζάχαρη.

Ψωμί τοστ Σίκαλης

Μίγμα για ψωμί του τοστ, από αλεύρι σίκαλης. Για εύκολη παρασκευή ψωμιού του τοστ σίκαλης με μεγάλη διατηρησιμότητα. Προσθέτετε νερό, μαγιά, μαργαρίνη και ζάχαρη.

Ψωμί τοστ Πολύσπορο

Μίγμα για πολύσπορο ψωμί του τοστ, από αλεύρι σίτου, σίκαλης, κεχριού, σπόρους και νιφάδες δημητριακών. Για εύκολη παρασκευή πολύσπορου ψωμιού του τοστ με μεγάλη διατηρησιμότητα. Προσθέτετε νερό, μαγιά, μαργαρίνη και ζάχαρη.

εύκολη παρασκευή τοστ με μεγάλη διατηρησιμότητα

easy sliced bread preparation with long shelf life

Sliced bread

Mix for sliced bread, from wheat flour. For easy preparation of sliced bread with long shelf life. Add water, yeast, margarine and sugar.

Rye sliced bread

Mix for sliced bread, from rye flour. For easy preparation of rye sliced bread with long shelf life. Add water, yeast, margarine and sugar.

Multigrain sliced bread

Mix for multigrain sliced bread, from wheat flour, rye flour, millet flour, grains and cereal flakes. For easy preparation of multigrain sliced bread with long shelf life. Add water, yeast, margarine and sugar.

Baking mixes

Χαρουπάλευρο αρτοποιίας

Το χαρούπι είναι ένα ιδιαίτερα πλούσιο σε διατροφικά στοιχεία τρόφιμο και δίνει ιδιαίτερη γεύση στο ψωμί. Το μίγμα χαρουπάλευρο περιέχει αλεύρι σίτου ώστε να είναι κατάλληλο για αρτοποίηση και αλεύρι χαρουπιού για τα διατροφικά του οφέλη.

Αλεύρι με Γραβιέρα

Μίγμα αλευριού με αυθεντική γραβιέρα. Κατάλληλο για την παρασκευή λαχταριστών αρτοσκευασμάτων με τη γεύση και το άρωμα της γραβιέρας. Ιδανικό για ψωμάκια, κριτσίνια, μπατόν σαλέ.

Vollkornbrot (Γερμανικό ψωμί)

Μίγμα για vollkornbrot, από αλεύρι ολικής άλεσης σίκαλης και σίτου, με μεγάλη περιεκτικότητα σε ηλιόσπορο και λιναρόσπορο. Δίνει αυθεντικό παραδοσιακό γερμανικό ψωμί, με υγρή υφή, μεγάλο βάρος και πολύ μεγάλη διατηρησιμότητα. Προσθέτετε μόνο νερό, μαγιά και αλάτι.

Βυζαντινό ψωμί

Μίγμα για αυθεντικό Βυζαντινό ψωμί από αλεύρι ολικής άλεσης σταριού και κριθαριού. Ιδανικό για παρασκευή παραδοσιακών Ελληνικών ψωμιών ολικής άλεσης με προζύμι.

αυθεντικές γεύσεις και αρώματα σε ένα μίγμα

authentic taste and aroma in one baking mix

Carob flour

Carob is a rich nutritional food and gives a special taste in bread. The carob flour mix contains wheat flour that is suitable for baking and carob flour for the nutritional benefits.

Flour with Graviera cheese

Flour mix with authentic graviera. Suitable for the preparation of delicious pastries with the taste and aroma of graviera. Ideal for bread rolls, bread sticks, baton chalet.

Vollkornbrot (German bread)

Vollkornbrot mix from whole grain rye and wheat flour, high in sunflower and linseed content. It gives authentic traditional German bread with a moist texture, great weight and great shelf life. Add only water, yeast and salt.

Byzantine bread

Mix for authentic Byzantine bread from whole grain wheat and barley flour. Ideal for preparation of traditional Greek wholemeal bread with sourdough.

ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ

Μίγματα Ζαχαροπλαστικής

Pastry mixes

Τσουρέκι / Πολίτικη βασιλόπιτα

Μίγμα για τσουρέκι και πολίτικη βασιλόπιτα με μαχλέπι και άρωμα μαστίχας. Για εύκολη παρασκευή νόστιμου και παραδοσιακού τσουρεκιού και βασιλόπιτας. Προσθέτετε μόνο νερό και μαγιά.

Χαρουπάλευρο Ζαχαροπλαστικής

Το χαρούπι είναι ένα ιδιαίτερα πλούσιο σε διατροφικά στοιχεία τρόφιμο και είναι ιδανικό υποκατάστατο του κακάο και της σοκολάτας. Το μίγμα χαρουπάλευρο περιέχει αλεύρι σίτου ώστε να είναι κατάλληλο για αρτοποίηση και αλεύρι χαρουπιού για τα διατροφικά του οφέλη.

Brioche / Brioche ολικής

Εύχρηστο μίγμα για την παρασκευή λευκών αρτοσκευασμάτων από ζύμη μπριός. Κατάλληλο και για μπριός με γεμίσεις, πεϊνιρλί, βάση πίτσας, ζαμπονοτυρόπιτες, κ.ά.
Προσθέτετε μόνο νερό, μαγιά και μαργαρίνη.

Ντόνατ

Εύχρηστο μίγμα για την παρασκευή ντόνατ. Δίνει ελαστική και εύπλαστη ζύμη, τραγανή κρούστα και αφράτο εσωτερικό, μεγάλη διόγκωση και πλούσια γεύση. Προσθέτετε μόνο νερό και μαγιά.

λαχταριστές γλυκές συνταγές εύκολα και γρήγορα

delicious sweet recipes with easy and quick preparation

Tsoureki / Bun

Mix for tsoureki with machlepi and mastic aroma. For easy preparation of delicious and traditional tsoureki buns. Add water and yeast.

Carob flour

Carob is a rich nutritional food and is ideal substitute of cocoa and chocolate. The carob flour mix contains wheat flour that is suitable for baking and carob flour for the nutritional benefits.

Brioche / Brioche wholemeal

Easy mix for the preparation of brioche dough. Suitable for brioche with fillings, peinirli, pizza, etc. Add only water, yeast and margarine.

Donut

Easy mix for the preparation of donut. It gives elastic and supple dough, crisp crust and fluffy interior, great swelling and rich flavor. Add only water and yeast.

Μίγματα Ζαχαροπλαστικής

Κέικ & μάφιν
Μίγμα για κέικ και μάφιν για εύκολα και λαχταριστά κέικ και μάφιν σε πολλές παραλλαγές. Προσθέτετε νερό, λάδι και αυγό.

Κέικ & μάφιν με κακάο
Μίγμα για κέικ και μάφιν με κακάο για εύκολα και λαχταριστά κέικ και μάφιν σε πολλές παραλλαγές. Προσθέτετε νερό, λάδι και αυγό.

Κέικ & μάφιν (πλήρες)
Μίγμα για κέικ και μάφιν για μέγιστη ευκολία και λαχταριστά κέικ και μάφιν σε πολλές παραλλαγές. Προσθέτετε μόνο νερό και λάδι.

Κέικ & μάφιν με κακάο (πλήρες)
Μίγμα για κέικ και μάφιν με κακάο για μέγιστη ευκολία και λαχταριστά κέικ και μάφιν σε πολλές παραλλαγές. Προσθέτετε μόνο νερό και λάδι.

Cakes & muffins
Cakes and muffins mix for easy and delicious cakes and muffins in many variations. Add water, oil and eggs.

Cakes & muffins with cocoa
Cakes and muffins with cocoa mix for easy and delicious cakes and muffins in many variations. Add water, oil and eggs.

Cakes & muffins (complete)
Cakes and muffins mix for maximum convenience and delicious cakes and muffins in many variations. Add only water and oil.

Cakes & muffins with cocoa (complete)
Cakes and muffins with cocoa mix for maximum convenience and delicious cakes and muffins in many variations. Add only water and oil.

λαχταριστά κέικ και μάφιν εύκολα και γρήγορα

delicious cakes and muffins with easy and quick preparation

Pastry mixes

Κέικ & μάφιν Βρώμης
Μίγμα για κέικ και μάφιν για εύκολα και λαχταριστά κέικ και μάφιν με βάση τη βρώμη. Προσθέτετε νερό και λάδι.

Κέικ & μάφιν Βρώμης με Χαρούπι
Μίγμα για κέικ και μάφιν για εύκολα και λαχταριστά κέικ και μάφιν με βάση τη βρώμη με χαρουπάλευρο. Προσθέτετε νερό και λάδι.

Κέικ & μάφιν Βρώμης Αλμυρό
Αλμυρό μίγμα με βάση τη βρώμη για αλμυρά κέικ μάφιν και τάρτες, εύκολα και γρήγορα. Προσθέτετε νερό και λάδι.

Oats Cakes & muffins
Mix for cakes and muffins for easy and delicious oats based cakes. Add water and oil.

Oats Cakes & muffins with carob
Mix for cakes and muffins for easy and delicious oats based cakes with carob flour. Add water and oil.

Cakes & muffins Salty
Salty oats based mix for salty cakes, muffins and tarts, easily and quickly. Add water and oil.

κέικ, μάφιν, τάρτες
με βάση τη βρώμη
εύκολα και γρήγορα

cake, muffins, tarts
based on oats flour

ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

Καταναλωτικά

Consumer

1kg 6kg	Αλεύρι για Όλες τις Χρήσεις	All Purpose Flour
1kg	Αλεύρι Μαλακό	Soft Flour
1kg	Αλεύρι Σκληρό	Hard Flour
1kg	Αλεύρι Βιολογικής Καλλιέργειας	Organic Flour
1kg	Αλεύρι Εμπλουτισμένο	Fortified Flour
1kg	Αλεύρι Ολικής από Δίκοκκο Βιολογικό	Farro Organic Flour
1kg	Αλεύρι για Τσουρέκι	Bun Flour
1kg	Αλεύρι για Κρητικό Φύλλο και Πίτες	Cretan Pie Flour
1kg	Αλεύρι Ειδικό για Τηγάνισμα	Frying Flour
1kg	Μίγμα για Χωριάτικο Ψωμί	Country Bread Mix
1kg	Μίγμα για Ψωμί Ολικής Άλεσης	Whole Grain Bread Mix
1kg	Μίγμα για Βάση Πίτσας	Pizza Dough Mix
1kg	Μίγμα για Κέικ και Μάφιν	Cake & Muffin Mix
500g	Φαρίνα	Self Rising Flour
500g	Σιμιγδάλι Ψιλό	Semolina Coarse
500g	Σιμιγδάλι Χονδρό	Semolina Fine
1kg	Χωρίς Γλουτένη	Gluten Free

ποικιλία αλεύρων και μιγμάτων σε μικρές συσκευασίες

variety of flours and flour mixes in small packaging

ΜΥΛΟΙ
ΚΡΗΤΗΣ

Φυσικά γλυκαντικά

Natural sweeteners

Χαρουπόμελο

Το χαρουπόμελο είναι υψηλότερης διατροφικής αξίας από τη σοκολάτα ενώ περιέχει λιγότερα από τα μισά της λιπαρά. Χρησιμοποιείται ως υποκατάστατο του κακάο και της σοκολάτας σε προϊόντα όπως κέικ, muffins, κλπ.

Carob syrup

Carobs are of higher nutritional value than chocolate and contain less than half its fat. It is used as a substitute for cocoa and chocolate in products such as cakes, muffins, etc.

Πετιμέζι από λευκά / κόκκινα σταφύλια

Το πετιμέζι είναι μια από τις δύο κύριες αρχαίες γλυκαντικές ουσίες μαζί με το μέλι. Τα πιο γνωστά γλυκίσματα από πετιμέζι είναι η μουσταλευριά και τα μουστοκούλουρα.

Grape syrup from white / red grapes

Grape syrup is one of the two main ancient sweeteners along with honey. The most famous desserts produced by grape syrup are mustavleria and cookies.

Βύνη ξανθιά / σκούρα

Η βύνη προέρχεται από δημητριακά μέσω της βυνοποίησης. Χρησιμοποιείται ως γλυκαντική ύλη για βελτίωση γεύσης και δομής σε αρτοσκευάσματα με μαγιά, σε κουλούρια, βουτήματα, cookies, μπάρες δημητριακών κλπ.

τα φυσικά γλυκαντικά είναι μία υγιεινή επιλογή

natural sweeteners is a healthy choice

Malt extract blond / dark

Malt comes from cereal by malting. It is used as a sweetener to improve taste and structure in pastries, cookies, cereal bars, etc.

VERO CEREAL

100% ΦΥΤΙΚΑ

ΧΩΡΙΣ ΛΑΚΤΟΖΗ

Plant-based
φυτικά ροφήματα βρώμης

σε μοναδικές γεύσεις

Το VERO CEREAL αποτελεί την ιδανική επιλογή για όσους έχουν δυσανεξία στη λακτόζη, νηστεύουν, ακολουθούν φυτική διατροφή ή διατροφή χαμηλών λιπαρών. Είναι κατάλληλο για άμεση κατανάλωση ως ρόφημα, αλλά και για χρήση στη μαγειρική ή τη ζαχαροπλαστική.

ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

Ρόφημα Βρώμης

Vero Cereal

Ρόφημα βρώμης

Το Ρόφημα Βρώμης VERO CEREAL αποτελεί ιδανική επιλογή για όσους έχουν δυσανεξία στη λακτόζη, νηστεύουν, ακολουθούν φυτική διατροφή ή διατροφή χαμηλών λιπαρών. Είναι κατάλληλο για άμεση κατανάλωση ως ρόφημα, αλλά και για χρήση στη μαγειρική ή τη ζαχαροπλαστική. Συσκευασία 330 ml.

Ρόφημα βρώμης με Χαρούπι και Κακάο

Το Ρόφημα Βρώμης VERO CEREAL αποτελεί ιδανική επιλογή για όσους έχουν δυσανεξία στη λακτόζη, νηστεύουν, ακολουθούν φυτική διατροφή ή διατροφή χαμηλών λιπαρών. Το χαρούπι είναι υψηλής διατροφικής αξίας συστατικό, ενώ είναι γλυκό όπως η ζάχαρη αλλά με πολύ λιγότερες θερμίδες. Συσκευασία 330 ml.

νηστίσιμα,
χαμηλά λιπαρά,
χωρίς πρόσθετη ζάχαρη,
πηγή ινών και βιταμινών

vegan, low fat,
without added sugar,
source of fibre and
vitamins

Oat drink

VERO CEREAL oat drink is an ideal choice for those who are lactose intolerant, fasting, vegetarian or on a low-fat diet. It is suitable for direct consumption as a beverage, but also for use in cooking or pastry. 330 ml packaging.

Oat drink with Carob and Cocoa

VERO CEREAL oat drink is an ideal choice for those who are lactose intolerant, fasting, vegetarian or on a low-fat diet. Carob is a high nutritional ingredient, while it is sweet like sugar but with fewer calories. 330 ml packaging.

Άλλα προϊόντα

Αλεύρι χαμηλής υγρασίας Για ειδικές εφαρμογές της βιομηχανίας τροφίμων.

Βυνοποιημένη ζύμη Για βελτίωση των τελικών προϊόντων της αρτοποιίας και της ζαχαροπλαστικής.

Σιμιγδάλι Σιμιγδάλι χονδρό ή ψιλό για χρήση στην αρτοποιία και τη ζαχαροπλαστική.

Σπόροι διακόσμησης Σπόροι βρώμης, σίκαλης, ηλιόσπορου, λιναρόσπορου, παπαρουνόσπορου, πίτουρο σταριού, μαυροσούσαμο και μίγμα σπόρων.

Εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο Βιολογικό / ΠΟΠ Κολυμβάρι / Κορωνέικη / Τσουνάτη / ΠΓΕ Χανιά, από επιλεγμένους ελαιώνες της Κρήτης.

Ελαιόλαδο τέλειο ως dressing και άριστο για μαγείρεμα.

Πυρηνέλαιο ιδανικό για τη μαγειρική, τα τηγανητά, τη ζαχαροπλαστική και την αρτοποιία.

Ραφινέ ιδανικό για τη ζαχαροπλαστική και την αρτοποιία.

Αιθέρια έλαια πορτοκάλι / λεμόνι / μανταρίνι / γκρέιπφρουτ. Σε μπουκάλι 10, 50, 100, 500 ml και 1 lt.

γεύσεις από την Κρήτη

Low moisture flour For special applications of the food industry.

Malted dough For improvement of final baking and pastry products.

Semolina Semolina coarse or fine for use in baking and pastry.

Seeds Decoration seeds of oats, rye, sunflower, linseed, poppy seeds, wheat bran, black sesame and seed mix.

Extra virgin olive oil Organic / PDO Kolymvari / Koroneiki / Tsounati / PGI Chania, from selected olive groves of Crete.

Olive oil perfect as dressing and excellent for cooking.

Pomace olive oil ideal for cooking, fried, pastry and bakery.

Refined olive oil ideal for pastry and bakery.

Essential oils orange / lemon / mandarin / grapefruit. In bottle of 10, 50, 100, 500 ml and 1 lt.

Delights of Crete

Φρεσκοστυμμένοι χυμοί πορτοκάλι / γκρέιπφρουτ / λεμόνι / λάιμ. Σε συσκευασία 950 ml και 230 ml. Διατηρείται για 24 μήνες σε κατάψυξη.

Φυσικοί χυμοί πορτοκάλι / βιολογικό πορτοκάλι / λεμόνι / 10 φρούτα 7 βιταμίνες / πορτοκάλι-μήλο-βερίκοκο / γκρέιπφρουτ. Σε καταναλωτική συσκευασία 1 λίτρου και 250 ml. Διατηρείται για 14 μήνες σε θερμοκρασία περιβάλλοντος.

Ζαχαρούχοι χυμοί πορτοκάλι / λεμόνι / μανταρίνι. Σε ασκό 5, 10 και 20 κιλών με βρυσάκι. Διατηρείται για 3 μήνες σε θερμοκρασία περιβάλλοντος.

Κατεψυγμένοι χυμοί πορτοκάλι / λεμόνι / μανταρίνι / γκρέιπφρουτ. Χωρίς ζάχαρη και συντηρητικά σε ασκό 5, 10 και 20 κιλών με βρυσάκι. Διατηρείται για 24 μήνες σε κατάψυξη.

Ξενοδοχειακοί χυμοί πορτοκάλι / μήλο / μανταρίνι / γκρέιπφρουτ. Σε ασκό 5, 10 και 20 κιλών με βρυσάκι. Διατηρείται για 3 μήνες σε θερμοκρασία περιβάλλοντος.

Γάλα κατσικίσιο 100% κρητικό γάλα. Σε 1 λίτρο με 9 ημέρες διάρκεια ζωής.

Γιαούρτι κατσικίσιο από 100% κρητικό κατσικίσιο γάλα. Σε συσκευασία 2Χ200 γρ.

Ντακοτύρι από 100% κρητικό γάλα σε 5 κιλά.

Τριμμένο τυρί από 100% ελληνικό γάλα σε 5 κιλά.

delights of Crete

NFC juices orange / grapefruit / lemon / lime. In packaging 950 ml and 230 ml. Maintained for 24 months in freezer.

Natural juices orange / organic orange / lemon / 10 fruit 7 vitamins / orange-apple-apricot / grapefruit. In consumer packaging 1 liter and 250 ml. Maintained for 14 months at ambient temperature.

Juice syrups orange / lemon / mandarin. In bag-in-box 5, 10 and 20 kg with faucet. Maintained for 3 months at ambient temperature.

Frozen juices orange / lemon / mandarin / grapefruit. Without sugar and preservatives in bag-in-box 5, 10 and 20 kg with faucet. Maintained for 24 months in the freezer.

Hotel juices orange / apple / mandarin / grapefruit. In bag-in-box 5, 10 and 20 kg with faucet. Maintained for 3 months at ambient temperature.

Goat milk 100% cretan milk. In 1 liter with 9 days shelf life.

Goat yogurt from 100% cretan milk. In 2X200 g packaging.

Ντακοτύρι from 100% cretan milk in 5 kg.

Grated cheese from 100% greek milk in 5 kg.

MILLS OF CRETE

mills.gr

ΜΥΛΟΙ ΚΡΗΤΗΣ

ΧΑΝΙΑ – ΕΔΡΑ ΚΑΙ ΜΟΝΑΔΑ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ
Εθν. Βενιζέλου 40, Σούδα, Χανιά, 73200, τηλ: 28210 81380, fax: 28210 89898, info@mills.gr

ΗΡΑΚΛΕΙΟ – ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ
5ο χλμ Ηρακλείου-Μαλάδων, Ηράκλειο, 71500, τηλ: 2810 255515, 2810 255574, fax: 2810 318551, lea@mills.gr

ΑΘΗΝΑ – ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ
1η παρ. Αγ. Σοφίας, θέση Σπιθάρια, Ασπρόπυργος, Αθήνα, 19300, τηλ: 210 5596382-3, fax: 210 5593929, mae@mills.gr

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ – ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ
3ο χλμ Συμμαχικής Οδού Ωραιοκάστρου-Διαβατών, Ωραιόκαστρο, Θεσ/κη, 57013, τηλ: 2310 723190, fax: 2310 689475, bkr@mills.gr

MILLS OF CRETE

Ethn. Venizelou 40, Souda, Crete, Greece, GR73200, tel: +30 28210 81380, fax: +30 28210 89898, info@mills.gr