

The Mix Company™

Making Gluten-free Easy – and Fun!

Gluten-free

Non-GMO

Sugar-free

Dairy-free

No soy

No egg

Yeast-free

Good source of
Fibre & Protein

*manufactured in a facility where
tree nuts & peanuts may be present*

315g

Store in a cool dry place



Supreme 'Protein+Fibre'™ Bread

Makes 1 loaf
(or 2 - 12" pizzas)

Allergen-friendly Mix

✪ Proudly manufactured in Canada using Canadian ingredients

Supreme 'Protein+Fibre' Bread™ 1 loaf

Preheat oven to 425°F (220°C).

Beat with a whisk:

2 eggs

4 tsp [20 ml] oil

1 Tbsp [15 ml] honey

1 Tbsp [15 ml] vinegar

1 cup + 2 Tbsp [280 ml] water

Add ¼ cup [60 ml] ground flax seed, 2 Tbsp [30 ml] each whole flax and sunflower seed (optional).

1 pkg [315g] **Supreme 'Protein+Fibre'** mix

Beat approx 30 seconds.

Spoon into greased 4" x 8" loaf pan, or 2

smaller round loaves on parchment-lined tray.

Loaf: spread level with wet spatula; bake approx

40 minutes. Rounds: bake approx 30 min.

Cool well before slicing (2-3 hrs).

*Will store in fridge approx 3 days. To keep longer: slice, wrap and freeze - remove only what you will eat each day.

Supreme Pizzas **Chewy/Wholegrain**

Preheat oven to 425°F (220°C).

Prepare bread recipe above, but use ¼ cup [315 ml]

water and ¼ cup [60 ml] olive oil. Omit whole seeds.

Spread with wet spatula on oiled pans.

Bake on bottom rack of oven 10 min.

Brush well with olive oil.

Add your favourite toppings. Bake 10 min longer.

Makes: 2 crusts 12"

Honey Oatmeal Bread: add ¾ cup [85 ml] quick rolled oats (if your diet allows), 2 Tbsp [30 ml] extra water & 1 Tbsp [15 ml] honey. Bake loaf only 35 min.

Use also for Dinner rolls, Kaisers, Burger buns...

more recipes & mixes at TheMixCompany.com

Food sensitivities? substitute:

- ½ cup [125 ml] liquid egg substitute = 2 eggs
- Maple syrup/coconut sugar/xylitol = honey
- Lemon juice = vinegar
- For variety add Herbs, Cheddar, Pumpkin seed, Raisins & cinnamon...

Ingredients: *sorghum flour, *chick pea flour, white/navy bean flour, millet flour, tapioca starch, arrowroot, psyllium, xanthan, cream of tartar, baking soda, sea salt.

* denotes organic

Nutrition Facts

per serving of 1/10 pkg (33g)
2 slices prepared
10 servings per pkg

Amount per serving	Mix	†Prepared
Calories	120	180
Calories from fat	6%	10%
% Daily Value		
Total Fat 1g*	2%	6%
Saturated Fat 0g	0%	1%
+ Trans Fat 0g		
Cholesterol 0mg	0%	12%
Sodium 106mg	4%	5%
Total Carb 22g	7%	9%
Dietary Fibre 8g	32%	43%
Sugars .8g		
Protein 9g	18%	24%
Vitamin A	1%	3%
Vitamin C	1%	1%
Calcium	4%	8%
Iron	8%	10%

* Amount in dry mix.

† Prepared with egg, flax seed, sunflower oil and honey.

The Mix Company™

Sans gluten – Simple et fun!

Sans gluten

Non-OGM

Sans sucre

Sans produits laitiers

Sans soja

Sans oeuf

Sans levure

Une bonne source
de protéines et de fibres

Fabriquée là ou des noix/arachides
peuvent être présentes

315g

Conserver dans un endroit
frais et sec.



Pain Suprême 'Protéine+Fibre'™

donne 1 pain
(ou 2 - 12" pizzas)

Pour ceux qui ont des allergies!

✳️ Fièremment produit au Canada avec des ingrédients Canadien

Pain Suprême 'Protéine+Fibre'™ 1 pain

Préchauffer le four à 425°F (220°C).

Battre: 2 oeufs

4 cuil. à thé [20 ml] d'huile

1 cuil. à table [15 ml] de vinaigre

1 de tasse + 2 cuil. à table [280 ml] d'eau tiède

1 cuil. à table [15 ml] de miel

Ajouter ¼ de tasse [60 ml] de graines de lin moulues,
2 c.s.[30 ml] chacune de graines de lin et de tournesol
(optionnel).

1 mélange **Pain Suprême** [315g]

Battre pour ½ minute. Vider à l'aide d'une cuillère
dans un moule huilé de 4" x 8".

Pain: égaliser le dessus avec une spatule humide et
cuire environ 40 min.

Pains ronds: Former et aplatir légèrement.

Cuire environ 30 min.

Bien refroidir avant de trancher (2 - 3 hres).

Se garde environ 3 jours au frigidaire.

Pour garder plus longtemps: envelopper et congeler –
sortir seulement ce que vous mangerez chaque jour.

Pizzas Suprême 'Protéine&Fibre'

Préchauffer le four à 425°F (220°C). Préparer la
recette de **Pain Suprême**, mais utiliser 1¼ tasse
[315 ml] d'eau et ¼ de tasse [60 ml] d'huile d'olive.
Supprimer les graines. Étendre sur des plaques huilées
avec une spatule humide.

Cuire sur la grille du bas au four durant 10 min. Bien
badigeonner avec de l'huile d'olive.

Garnir de vos ingrédients favoris. Cuire encore 10
min. donne: 2 pizzas 12"

Pain à l'Avoine et au Miel: ajouter ¾ de tasse
[85ml] de flocons d'avoine (si votre régime le
permet), 2 c.s. [30ml] d'eau & 1 c.s [15ml] de miel.
Cuire le pain seulement 35 min.

aussi pour faire des petits pains, des "Kaisers"...
plus de recettes & de mélanges @TheMixCompany.com

Intolérances alimentaires:

- ½ tasse [125 ml] substitute d'oeufs = 2 oeufs
- Sirop d'érable, xylitol, sucre de cocotier = de miel
- de jus de citron = de vinaigre
- la variété? Ajouter: l'herbes, fromage, de raisins sec et cannelle...

Ingrédients: *farine de sorgho, farine de pois chiches, farine de millet, farine d'haricots blanc, fécule de tapioca, arrow-root, graines de psyllium, xanthan, crème de tartre, bicarbonate de soude, sel de mer. *bio

Valeur nutritive

par portion de 1/10 sachet (33g)
2 tranches préparés

10 portions par sachet

Teneur par portion	Mélange	†Préparé
Calories	120	180
Calories des lipides	6%	10%
% valeur quotidienne		
Lipides 1g*	2%	6%
Saturés 0g	0%	1%
+ Trans 0g		
Cholestérol 0mg	0%	12%
Sodium 106mg	4%	5%
Glucides 22g	7%	9%
Fibres 8g	32%	43%
Sucres .8g		
Protéines 9g	18%	24%
Vitamin A	1%	3%
Vitamin C	1%	1%
Calcium	4%	8%
Fer	8%	10%

* Teneur du mélange sec.

† Préparé utilisant de oeufs, de graines de lin, d'huile de tournesol et de miel.