Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PAN Y BOLLERÍA · VEGETARIANO

Fartons caseros

10min · 10 raciones · 231 kcal

Ingredientes

- **370 g** de harina de fuerza
- **2** huevos
- **50 g** de azúcar
- **70 g** de aceite de girasol
- **90 ml** de agua
- **12 g** de levadura fresca
- **1 pizca** de sal

POR RACIÓN

Proteínas	6,2 g
Grasas	8,5 g
Hidratos	32 g
Fibra	1,2 g

Elaboración

1. Disuelve la levadura en el agua templada.
2. Mezcla la harina con el azúcar.
3. Añade el agua con la levadura, los huevos y el aceite. Amasa hasta integrar.
4. Incorpora la sal al final y sigue amasando hasta conseguir una masa lisa, elástica y suave.
5. Deja fermentar hasta que la masa doble su volumen.
6. Divide la masa, forma los fartons y colócalos en una bandeja. Déjalos fermentar de nuevo hasta que estén bien hinchaditos.
7. Hornea a 180 °C durante 10-12 minutos, hasta que estén ligeramente dorados.
8. Una vez fríos, prepara un glaseado mezclando azúcar glas con unas gotas de agua o limón y repártelo por encima.

RECOMENDACIONES

Acompañarlos con una buena horchata bien fría.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas

cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya