Recetas SAL Y PIMIENTA🌺



PAN Y BOLLERÍA · VEGANO

Pan casero

1h 8 raciones 242 kcal

Ingredientes

- 1 taco de levadura fresca
- 250 ml de agua tibia
- 500 gramos de harina de fuerza
- 1 chorreón de aceite de oliva virgen extra
- 1/2 cucharadita de azúcar
- 2 cucharaditas de sal

POR RACIÓN

Proteínas	8,5 g
Grasas	2,1 g
Hidratos	46 g
Fibra	2,1 g

Elaboración

1. Mezclar el agua tibia con la levadura fresca
2. Batir 1 o 2 min a velocidad 2 en el robot de cocina para que se disuelva la levadura
3. Añadir 1/2 cucharadita de azúcar, 2 cucharaditas de sal, el aceite de oliva virgen extra y la harina de fuerza
4. Amasar 8 minutos a velocidad 2 con la mariposa, o amasar bien a mano
5. Cuando esté todo bien integrado, darle la forma deseada
6. Dividir la masa en dos partes
7. Dejar reposar un mínimo de 30 minutos en un recipiente tapado con un paño húmedo para que no se seque
8. Hacer unas rayitas en la masa con un cuchillo
9. Espolvorear un poco de harina por encima para darle un toque rústico
10. Precalentar el horno
11. Echar un poco de agua en el fondo del horno para que cree vapor
12. Hornear 20 minutos con calor solo abajo a 250°

13 Después hornear 12 minutos más con calor arriba y abajo a 210°

RECOMENDACIONES

Si se deja reposar más tiempo, la masa subirá más.

Hecho con CookNest



Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA🌺

cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta