PAN ECONÓMICO MAIZ-ARROZ

Esta receta está basada en otras que utilizan preparados panificables comerciales a base de maíz y arroz; aquí utilizamos una mezcla al 50% de harina de almidón de maíz y al 50% de harina de arroz. El arroz no sube apenas, pero le da un sabor buenísimo al pan. Todos los ingredientes de la receta, se pueden encontrar en MERCADONA.

INGREDIENTES

250 gr de harina de maíz panificable BEIKER (para celíacos)
250 gr de harina de arroz (sin gluten)
375 gr o ml de agua con gas
1 pastilla de levadura fresca 25 gr
20 gr de azúcar moreno
1 cucharaditas de sal

ELABORACIÓN

Se calienta el agua en el microondas hasta que esté templada, se disuelve bien el azúcar y a continuación la levadura sin dejar grumos. Se vierte en un bol o en la jarra del robot. Se añaden las dos harinas y la sal, y se amasa a mano hasta conseguir una masa homogénea, o mediante el programa de amasar (espiga) durante 2 minutos. Se vierte la masa en un molde (no llenar más de la mitad del molde) previamente untado con aceite, y se tapa el molde con un trapo húmedo dejando subir la masa hasta el doble de su volumen. Se precalienta el horno y se pone a hornear a 175º durante 30 minutos aproximadamente. La masa no sube nada, se mantiene igual o incluso puede bajar un poco por el centro, pero la corteza queda resistente y la miga esponjosa.

¡Suerte!