

PAN, NUEVA RECETA THERMOMIX



Para mi gusto el mejor pan sin gluten que he comido hasta hoy, mejor que la receta que estaba utilizando hasta ahora, ¡probadlo!

INGREDIENTES:

450 gr agua
20 gr aceite girasol (yo puse oliva)
1 cucharadita de azúcar
1 cucharadita pequeña de vinagre
30 gr levadura fresca prensada
250 gr harina proceli
250 gr harina Schär Pan (mix B)
1 pellizco de sal

PREPARACIÓN:

Verter en el vaso el agua, el aceite, el azúcar y el vinagre. Programar 2 minutos, 37° y velocidad 2.

Añadir la levadura y mezclar 10 segundos y velocidad 3. Incorporar las harinas y la sal, programar 5 minutos y velocidad espiga.

Poner la masa en un molde de plum cake de 2 litros de capacidad, previamente engrasado con un poco de aceite. Alisa la superficie y pulverízala con un poco de agua o aceite. Deja reposar la masa en un sitio cálido, unos 40 minutos.

Precalentar el horno a 220°, introducir un pequeño bol refractario con agua dentro del horno. Colocar la bandeja en la parte más baja y hornear el pan durante 30 o 35 minutos.

Yo hice la masa en la thermomix y luego la horneé en la panificadora BIFINET, en el programa hornear.

Para los que no tengan thermomix, hay que mezclar los ingredientes en el mismo orden y amasar a mano.