elGourmet

Pan Casero Integral

Tiempo de preparación: 180 Min

Ingredientes

Agua: 250 c.c.
Levadura fresca: 25 Gramos
Harina: 300 Gramos
Salvado Grueso: 200 Gramos

Preparación de la Receta

- Mezclar *harina*, salvado, sal y realizar una corona.
- Ubicar en el centro *levadura* desgranada y agua.
- Trabajar con las manos uniendo *harina* de a poco hasta que comience a tomar la masa y seguir amasando con las manos hasta formar un bollo.
- Dejar descansar por 30 minutos tapado.
- Desgasificar y cortar piezas del tamaño deseado (aproximadamente 500 gramos).
- Dar forma de pan de campo a los panes y dejar levar por 1 hora.
- Hacer cortes sobre la superficie del pan y hornear a 170°C por 30 minutos.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pan-casero-integral