

Pan de avena, gluten y quinua

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Harina: 2 Tazas

Sal: A gusto

Extracto De Malta: 1 cditas.

Quinoa tostada: 1 cda

Manteca: 1 cda.

Levadura en polvo: 10 g

Gluten: 2 cdas.

Huevo batido: 1 Unidad

Aperitivo sin alcohol: 1 Taza

Azucar: 2 cdas.

Avena: 1 Taza

Aderezo

Pepinillos: 3 Unidades

Jamón crudo en fetas: 150 g

Queso de maquina: 150 g

Crema de leche: 1 Taza

Corazón de alcaucil: 3 Unidad

Preparación de la Receta

- Mezcle el *aperitivo* sin alcohol con la *levadura*.
- Agregue luego el extracto de *malta*, el azúcar, la **avena**, el gluten, la *harina*, la sal y la *manteca*, mezcle el amasijo hasta incorporar los ingredientes. Colóquelo luego en una procesadora y amase durante 3 minutos y agregue la quinua, siga amasando 5 minutos más.
- Espolvoree la mesada con *harina* y termine de amasar con las manos durante 5 aproximadamente. Tape y deje reposar.

Aderezo

- Pique los pepinillos y los corazones de *alcauciles*.
- En un bowl con *crema* de leche agregue los pepinillos y los corazones de *alcauciles*.

Armado

- Con pequeñas porciones de masa, forme bastones parejos. Tome tres de los bastones y forme una trenza de 25cm de largo aproximadamente. Termine de armar las trenzas con el resto de la masa.
- Coloque las trenzas en placas previamente enmantecadas y pinte con *huevo* batido. Cocine en horno a 200°C durante 20 minutos aproximadamente.

Presentación

- Retire las trenzas del horno y una vez tibias córtelas por la mitad y a lo largo, rellénelas con el aderezo, una feta de queso y una de *jamón* crudo.
- Sirva en una fuente y acompañe con cerveza negra.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/pan-de-avena-gluten-y-quinua>