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 200ºC 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