Pan de salvado con pasas y nueces y Chutney de ciruelas



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Chutney de ciruelas

Vinagre: 1 Taza
Cardamomo molido: 1 cda.
Frambuesas: 1 Taza
Azúcar orgánica: 1/2 Taza
Rama de canela: 1 Unidad
Ciruelas: 500 Cantidad necesaria
Sal: 1 cda.
Aceite de canola: Cantidad necesaria
Cebollas moradas: 3 Unidades

Pan de pasas y nueces

Aceite Neutro: 25 cc
Harina integral: 350 grs.
Miel: 1 cda.
Azúcar Negra: 35 grs.
Nueces picadas: 1/2 Taza
Levadura fresca: 15 grs.
Sal: 1 cda.
Pasas de Uva: 1/2 Taza
Harina 000: 150 g

Preparación de la Receta

Pan de Pasas y Nueces

- Mezclar en un bowl, las harinas, la sal, el azúcar negro, la *levadura*, 1 cda de miel y el aceite neutro
- Ir agregando agua hasta obtener una masa, trabajar con los dedos hasta obtener una masa.
- Amasar hasta obtener un bollo liso
- Colocar en un bowl, tapar con un lienzo, dejar en un lugar templado hasta que leude
- Una vez leudado incorporarle las nueces picadas, y las pasas de uva.
- Disponer en un molde, tapar con un lienzo y dejar descansar hasta que duplique su volumen.

- Hornear a 180° por 30 minutos.

Chutney de Ciruelas

- Cortar las cebollas en juliana.
- Descarozar las ciruelas.
- Sudar las cebollas en una olla con el aceite, salar.
- Perfumar con el *cardamomo* molido y la canela.
- Agregar las ciruelas, las frambuesas, el *vinagre* y el azúcar
- Cocinar por 1 hora.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pan-de-salvado-con-pasas-y-nueces-y-chutney-de-ciruelas