

Pan de Semillas y Calabaza

Tiempo de preparación: 180 Min



Ingredientes

Esponja

Leche: 120 cc

Levadura: 50 grs

Harina: 120 grs

Masa

Leche: 750 cc

Azucar: 20 grs

Esponja: 290 grs

Malta: 10 grs

Puré de calabaza en escamas: 50 grs

Semillas de lino, chía y sésamo: 100 grs

Huevos: 2 Unidades

Harina: 1 kg

Manteca: 100 grs

Sal: 20 grs

Preparación de la Receta

Esponja

- Disolver la *levadura* en la leche y agregar por último *harina*.
- Reservar hasta que duplique el volumen (45 minutos).

Masa

- En la mesada realizar una corona con *harina* y sal.
- Agregar en el centro azúcar, semillas, *manteca*, puré de **calabaza** ya hidratado con la leche (350 cc), *huevo*, y esponja
- Trabajar todos los ingredientes hasta conseguir una masa lisa y elástica.
- Dejar reposar durante 30 minutos , estirar y enrollar dejando el cierre para abajo.

- Llevar a molde (pan de molde) y con un palito de brochete pinchar.
- Dejar que la masa duplique el volumen (45 minutos).
- Pintar con doradura y hornear a 200 °C por 40 minutos, dependiendo del molde o forma.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/pan-de-semillas-y-calabaza>