

Pan francés - Panes saborizados

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Masa

Harina de malta: 10 g Agua: 60 cc

Levadura: 30 grs. **Manteca pomada**: 50 grs.

Sal: Una pizca Remolacha: 200 g

Harina 0000: 100 g

Masa madre

Harina: 300 grs.

Agua: 200 cc Levadura: 18 grs.

Varios

Semillas de sésamo: Huevo diluido en agua: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

Masa madre

- Sobre la mesa de trabajo forme una corona con la harina.
- En el centro coloque la levadura.
- Agregue el agua a 26° C y disuelva la levadura con la ayuda de los dedos.
- Poco a poco incorpore la harina que conforma la corona hasta formar un bollo
- Amase muy bien este bollo cortándolo con un cortapasta en pequeñas porciones volviendo a unirlos nuevamente.
- Repita esta operación 4 veces.

- Finalmente déle forma de bollo uniforme.
- Unte una bolsa de plástico con aceite neutro en su interior y coloque allí la masa madre
- Elimine todo el aire de su interior y cierre bien la bolsa.
- Lleve a un recipiente que contenga agua a 37º C y deje levar hasta duplicar su tamaño.

Masa

- Mezcle las harinas, forme un hueco en su interior e incorpore la levadura.
- Disuleva la sal en agua templada.
- Eche el agua en el centro de la harina sobre la levadura.
- Incorpore un poco de harina.
- Añada el bollo formado por la masa madre.
- Agregue un poco más de agua finalmente termine de incorporar el resto de harina
- Amase muy bien repitiendo el proceso anterior durante 8 minutos.
- Termine amasando con las manos hasta obtener un bollo homogéneo
- Cubra con un plástico y deje levar en lugar templado hasta duplicar su volumen.

Arme los panes

- Ralle la remolacha cruda y elimínele el exceso de agua.
- Divida el bollo de masa en 4 partes iguales.
- Estire bien uno de los bollos.
- Coloque en su interior la *remolacha* rallada y amase con fuerza hasta que la *remolacha* se compenetre bien a la masa.
- Forme un cilindro y con ayuda de su mano corte en porciones de aproximadamente 35 g cada uno.
- Con cada una de estas porciones debe formar un bollo.
- Coloque la palma de la mano sobre el bollo realizando movimientos circulares sobre la mesada enharinada.
- Antes de colocar sobre la placa vuelva a bollar
- Acomode los bollos en placa para horno y deje reposar 5 a 10 minutos.
- Pinte la superficie de los panes con una mezcla de agua y huevo.
- Espolvoree con semillas de sésamo.
- Lleve a horno caliente húmedo 210° C (Coloque debajo de la placa un recipiente con agua para que forme vapor dentro del horno) por aproximadamente 15 a 20 minutos

Consulta la receta original en https://elgourmet.com/recetas/pan-frances-panes-saborizados