elGourmet

Pan Integral con Algarroba

Tiempo de preparación: 180 Min

Ingredientes

Agua mineral sin gas: 600 c.c.
Harina 000: 600 Gramos
Harina integral de centeno fina: 350 Gramos
Masa fermentada: 300 Gramos
Castañas de caju: 150 Gramos
Harina de algarroba: 50 Gramos
Levadura fresca: 20 Gramos
Sal fina: 20 Gramos

Preparación de la Receta

- Realizar un volcán con *harina* y *harina* de algarroba sobre la mesada.
- Hacer un hueco en el centro e incorporar *levadura*, masa fermentada, pizca de sal por los bordes e incorporar agua de a poco.
- Comenzar a unir de afuera hacia adentro hasta comenzar a tomar la masa.
- Añadir las castañas de *cajú* y amasar hasta integrar completamente.
- Dejar descansar por 2 horas
- (ideal dejar fermentar 24 horas en frio)
- Dividir en piezas de 500 gramos, dar forma de zeppelín y dejar fermentar por 1 hora.
- Realizar cortes sobre la corteza del pan y cocinar a 200° C por 25 minutos.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pan-integral-con-algarroba