

Pan Integral de Nuez y Pasas

Tiempo de preparación: 180 Min



Ingredientes

Amasijo

Centeno: 125 grs

Harina 000: 250 grs

Mantequilla: 25 grs

Pasas de Uva: 50 grs

Agua: 175 cc

Levadura: 15 grs

Nueces: 75 grs

Sal: 10 grs

Esponja

Agua: 150 cc

Leche en polvo: 10 grs

Miel: 10 grs

Harina 000: 125 grs

Levadura: 20 grs

Preparación de la Receta

Esponja

- Hacer una esponja con todos los ingredientes.

Preparación

- En un bol se mezclar *harina* de trigo con la de *centeno*, agregar la *levadura*, el agua, la sal e ir mezclando.
- Incorporar la esponja y la leche en polvo, amasar y agregar la materia grasa y cuando esta se incorpore, agregar la mezcla de nueces y pasas de uva.
- Amasar hasta que éstas se encuentren distribuidas homogéneamente.
- Dar 2 vueltas con palote.
- Cortar piezas de 200 gramos, bollarlas y dejarlas reposar tapadas por unos 20 minutos.

- Luego darle forma final, hacer unos cortes con cúter o tijera y dejar fermentar al doble de su volumen a 30 °C y 70% de humedad relativa.
- Hornear a 200 °C de 25 a 30 minutos.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/pan-integral-de-nuez-y-pasas>