Pan Semillado



Tiempo de preparación: 120 Min

Ingredientes

Agua: 250 grs
Harina 000: 350 grs
Levadura: 30 grs
Miel: 10 grs
Salvado Grueso: 150 cc
Azúcar moreno: 50 grs
Leche en polvo: 10 grs
Mantequilla: 50 grs
Sal: c/n
Semillas de avena y girasol: c/n

Preparación de la Receta

- Mezclar *harina* 000, salvado grueso y sal.
- Hacer una corona y agregar en el centro azúcar negra, leche en polvo, miel, *mantequilla*, *levadura*, agua y las semillas.
- Amasar hasta lograr una masa homogénea ligeramente húmeda, espolvorear con *harina* integral y dejar reposar 20 minutos en un bol.
- Separar en bollos de 500 gramos, desgasificar, formar bollos y colocar semillas de *calabaza* por encima.
- Colocar en placa y dejar descansar 30 minutos.
- Cocinar en horno a 170 °C por 30 minutos.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pan-semillado