

EL PAN NUESTRO DE CADA DÍA

Por Carita e Iván



INGREDIENTES:

- * 2 claras
- * 400cl de agua (si es con harina Schär) o 350 cl (si es Proceli)
- * 20 gr de aceite
- * 1 pellizco de sal
- * 1 pellizco de azúcar
- * 1 dado de levadura L'Hirondelle (42gr)
- * 500 gr de harina



ELABORACIÓN:

1. Colocar la mariposa y montar las claras
(2 min. vel. 4)



2. Reservar las claras y retirar la mariposa.

3. Poner en el vaso el agua, el aceite, la sal y el azúcar y la levadura y mezclar (30seg vel.5)



4. Agregar a las claras y la harina (20seg vel.6)



5. Poner Velocidad Espiga durante 2 minutos



6. Poner harina en el mármol de la cocina y en las manos.
Cogemos una bola de masa y empezamos a amasar....



7. Ir colocando "las piezas" sobre la bandeja del horno (poniendo un poco de harina también, o un silpat)



8. Se deja "levar" hasta que doble su volumen (más o menos). En invierno, suelo precalentar un poco el horno y apagado meto la masa para que esté calentito y suba más. En verano con este calor, no hace falta...



9. Cuando veais que ha subido, lo meteis en el horno, a 190° durante aprox 30 min. Yo lo pongo en posición turbo. Hay que poner dentro un recipiente con agua, para que haya suficiente humedad (con un tarrito de yogurt de cristal a medio llenar es suficiente)



10.

