

Pan integral en máquina casera



ESTA RECETA, LA PUEDES PREPARAR EN UNA MÁQUINA CASERA PARA HACER PAN, EXISTEN DIFERENTES TIPOS EN EL MERCADO, PUEDES ADQUIRIR LA QUE MÁS TE AGRADE.



Ingredientes:

- 1 ½ Taza de Leche, puede ser de: coco, arroz, cabrá, almendra, vaca
- 3 cucharadas de aceite de oliva o de coco derretido
- 2 cucharaditas de Sal de mar o flor de sal
- 2 ¼ de Taza de Harina integral
- 2 Tazas de Harina de hoja de plata de preferencia, (esta harina es la usada en panadería, se puede encontrar en panaderías Elizondo) o harina blanca.
- 1 cucharada + ½ cda de Gluten (es en polvo se consigue en materias primas)
- 3 cucharadas de Azúcar mascabada
- 2 cucharaditas de Levadura en polvo

Preparación:

Las máquinas de pan tienen una canasta o recipiente, los ingredientes se van a colocar en ésta, en el orden que aparecen en la lista de ingredientes, siempre van los ingredientes húmedos primero y después los secos. Es importante cuidar que el aspa de la canasta esté colocada antes de colocar los ingredientes.

Seleccionar el ciclo. (Médium crust, whole wheat y start).
Cuándo la máquina termine esperar a que enfríe, voltear la canastilla sacando las aspás del loaf.