

Pan Alemán

Preparación

- Añadimos todas las harinas al mismo tiempo en la máquina de amasado, junto a la levadura. - Añadimos el agua, pero dejamos parte para ir añadiéndosela a la masa poco a poco. - Dejamos la sal y los cereales para cuando la masa esté prácticamente terminada. - Empezaremos el amasado con una velocidad lenta que iremos aumentando conforme veamos la masa formarse. - Cuando veamos que la masa está ya casi formada (1 minuto antes de apagar la máquina) añadimos los cereales. - Una vez tenemos la masa, la sacamos del bowl. Hay que controlar muy bien la temperatura de la masa, que debería de ser de unos 24 grados. La controlaremos añadiendo agua fría o caliente, según en la época del año en la que nos encontremos. - Colocamos la masa en una bandeja con poca harina y la dejamos fermentar a temperatura ambiente durante 3 horas. - Una vez fermentada, dividimos la masa en piezas de unos 300 gramos para hacer nuestras barras. Boleamos la masa dándole la primera forma, que será redonda) - Dejamos reposar las piezas durante 10 minutos tapades con un paño antes de darle la forma final. - Pasados esos 10 minutos de reposo, cogemos las piezas para darles la forma final de baguette. Para ello enrollamos la masa sobre ella misma marcando bien las puntas. Hacemos varios pliegues con los pulgares enrollando la masa sobre sí misma, sin perder nunca la tensión. - Con las dos manos movemos la barra para hacerla más larga. - Colocamos las barras con un trapo bien enharinado en una bandeja de horno.- Una vez tenemos las piezas con forma de baguette las decoramos con avena, humedeciendo la baguette y rebozándola con el cereal. - Colocamos la baguette en la bandeja con el cereal boca abajo. - Dejamos las barras que fermenten, por segunda vez, en el horno a unos 30 grados (es mejor apagar el horno y que se vaya bajando la temperatura de manera gradual) durante una hora. - Una vez ha pasado la segunda fermentación, nos ayudamos con una pequeña madera a modo de palín de panadería, cogemos la barra (ya fermentada) y la colocamos en otra bandeja de horno enharinada. Ahora sí, los cereales quedan en la parte de arriba. - Cortamos las barras con una cuchilla o una puntilla para que el pan suelte los gases de la levadura. Intentamos que el corte se haga con una cierta inclinación. - Cocemos el pan a 250 grados, con función vapor, o agua en el interior del horno, durante 30 minutos. - Terminamos estos 30 minutos nuestro pan estará listo.

Ingredientes

800gr Harina Semifuerza (250W)

200gr Harina centeno integral

300gr Masa Madre

700gr Agua

5gr Malta tostada

5gr Levadura

20gr Sal

200gr Mezcla cereales tostados

Utensilios

Horno

Bowl grande

3 bowls medianos

Jarra de agua

Robot de amasado

Espátula

Bandeja honda

Papel film

Paño de cocina

2 bandejas pequeñas y hondas para las semillas

Bandeja de horno

Cuchilla

Instructor destacado



Jordi Morera Ransanz

ARCOS

 **BOSCH**
Innovación para tu vida

El Corte Inglés
SUPERMERCAD