

Pan de masa madre



https://lowtechlab.dokit.app/wiki/Pain_au_levain/es

Dernière modification le 22/08/2024

 Difficulté Facile

 Durée 2 jour(s)

 Coût 5 EUR
(€)

Description

Pan de masa madre (levadura ya activada el día anterior)

Sommaire

Description	
Sommaire	
Introduction	
Étape 1 - Masa madre y agua	
Étape 2 - Harina y sal	
Étape 3 - Opcional	
Étape 4 - Amasado	
Étape 5 - Reposo	
Étape 6 - Preparación de la cocción	
Étape 7 - Cocción	
Commentaires	

Introduction

Aquí tienes una receta de pan de masa madre.
Nota: masa madre ya hecha

El día anterior :

- Pesar la masa madre
- Añadir 50% de harina y 50% de agua (por ejemplo, si la masa madre pesa 40g añadir 20g de harina y 20g de agua).
- Luego déjela sola (mientras come)
- Vuelva al cabo de unas horas para ver si su masa madre se ha activado. Para ello, compruebe si burbujea.

.....

Published
Récupérée de "https://lowtechlab.dokit.app/index.php?title=Pain_au_levain/es&oldid=128077"



Matériaux

Harina
Agua
Sal
Masa madre

Outils

Cuenco
Cuchara grande
Balanza
Cacerola



Étape 1 - Masa madre y agua

Poner 100g de masa madre en el bol
Añadir 390 g de agua
Luego mezcla

Étape 2 - Harina y sal

Añadir 600 g de harina. *

- Es posible mezclar harinas: en este caso elija las harinas y distribuya los gramos (*Ej: 200g de harina de trigo 400g de harina de espelta pequeña*).

Añadir 10 g de sal

Étape 3 - Opcional

Añada las semillas que desee

Étape 4 - Amasado

Amasar hasta que la masa deje de estar pegajosa

Formar una bola en el fondo del bol

Étape 5 - Reposo

Cubrir con un paño limpio

Y dejar reposar (toda la noche)

Étape 6 - Preparación de la cocción

Precalentar el horno a 240°.

Trabajar la masa (bola en el fondo del bol) poniendo harina sobre la mesa.

Hacer las solapas y meter en la nevera hasta el momento de cocinar (si se pospone la cocción).

Étape 7 - Cocción

Colocar la bola en una cacerola

Grigner: hacer cortes (para la corteza)

Tapar y hornear durante 50 min

Destapar y volver a poner 5/10 min para romper la corteza