

Pan con masa madre natural



Elementos del invento:

- 110 gr de masa madre natural
- 250 gr de harina
- 5 gr de sal
- 175 gramos de agua

Elaboración de los elementos:

Mezclamos la harina con la sal, incorporamos tres cuartas partes del agua y amasamos, incorporamos la masa madre natural, amasamos y finalmente incorporamos el resto de agua.

Una vez hecha nuestra masa, la dejamos tapada con un paño húmedo durante una hora. Amasamos y volvemos a dejar reposar durante noventa minutos. Como era la una de la madrugada yo lo que hice fue dejarla hasta el día siguiente, concretamente hasta las 8 de la mañana. Nos encontraremos una masa muy crecida que desgasificaremos, da gustar amasarla así.

Damos forma a nuestro pan y dejamos que vuelva a levar durante cuatro horas.

Precalentamos el horno a 230° e introducimos una olla llena de paños y cubierta de agua para que cree vapor. Cuando esté caliente el horno bajamos la temperatura a 180°, pintamos el pan con aceite y le realizamos los cortes.

Horneamos durante unos 40 minutos, hasta que se haya dorado el pan.

Ale, a disfrutar!!!

<http://conlaszarpasenlamasa.cultura-libre.net>