

INGREDIENTES:



- 700 gramos de harina de trigo (de fuerza)
- 15 gramos de sal
- 15 gramos de levadura fresca de panadería
- (si no tenemos, poner medio sobre
- de levadura en polvo de panadería
- 400 gramos de agua

PREPARACIÓN:

1. Poner el agua a calentar un poquito en el vaso de thermomix y **programar 2 minutos a temperatura 37 grados, velocidad 2.**

2. Añadir la levadura, si es de la fresca de panadería, y **programar 10 segundos a velocidad 4**, si es de la de en polvo de panadería, **mezclarla 20 segundos a velocidad 4.**

3. Agregar la mitad de la harina y la sal, y **amasar 15 segundos a velocidad 6.**

4. Seguidamente agregar el resto de la harina y **amasar 2 minutos a velocidad espiga.**

5. Sacar del vaso la masa y dejar que crezca (que leve, que suba, que aumente su volumen) durante unos **20 ó 25 minutos** en un lugar calido, y sin corrientes. Cuando haya subido bastante, en una superficie, ligeramente enharinada amasar con las manos para sacar el aire, estirando la masa de vez en cuando con las manos, retorciéndola, y volviéndola a unir los extremos para refinar bien la masa. Dejarla reposar de nuevo, en un bol, un poco aceitado, y tapado con un papel de film, o un paño, y que vuelva a tobar unos **30 minutos más**

Volver a poner la masa en una superficie enharinada, e ir apretándola con los nudillos para sacar el exceso de aire de su interior, y dejarla tapada con un paño, otros **15 minutos**

y pasado este tiempo, dividir la masa en dos mitades, con un cuchillo afilado, y con la ayuda de

un rodillo. Estirar cada mitad, sobre base ligeramente enharinada, y hacer con las dos mitades unos rectángulos, de unos 25 ó 30 centímetros de largo, por 20 de ancho y dar forma a las baguettes, como vemos en las fotos del paso a paso, enrollando en espiral, por la parte más larga, y apretando un poquito al final, para sellar el rollo, y nos quedará una bonita barra o baguette.

6. En una bandeja de horno forrada con papel vegetal (papel de horno) enharinado muy finamente, ir colocándolas, poniendo el final (el pellizco) del enrollado, la punta que hemos remetido hacia abajo.

7. Si queremos que cojan un color bonito dorado, pintarlas con una clara de huevo mezclada con agua, con la ayuda de una brochita que tendremos reservada para estos menesteres de cocina, e ir pintando las barras o baguettes, por su superficie. Dejar que vuelva a fermentar, tapadas con un paño, **otros 30 ó 40 minutos**, en un sitio calido, hasta doblar su volumen.

8. Mientras tanto que toban, encender el horno, unos 10 minutos antes de meterlas, a 190 grados. Cuando hayan tobad, con ayuda de un cuchillo afilado, hacerles a cada barra 3 ó 4 cortes en diagonal, de medio centímetro de profundidad, y hornearlas durante unos 30 minutos aproximadamente (el tiempo de horneado como siempre dependerá de la potencia de nuestro horno).

9. Sacar del horno y volver a pintarlas de nuevo con la mezcla de clara y agua, y volver a meter en el horno unos 10 minutos más, hasta que obtengan un bonito color dorado. También podemos pulverizarlas con un poco de agua, si no lo hacemos con la clara de huevo.

10. Sacar y dejar enfriar sobre una rejilla. Está mas rico, recién hecho, pero que haya enfriado un poquito. **Riquísimas.**







