



### INGREDIENTES:

- 350 gramos de agua
- 2 cucharaditas de sal
- 1 cucharadita de azúcar
- 40 gramos de levadura prensada de panadería
- 600 gramos aproximadamente de harina de fuerza

### INDICACIONES:

- Gracias a su perfección de amasado que se logra con la velocidad Espiga, Thermomix nos permite saltarnos algunas reglas.
- Podemos eliminar una subida. El pan sube con la forma dada y se consiguen resultados óptimos.
- Ahora bien, si usted tiene tiempo, deje que la masa suba en el vaso y después de le forma.
- Cuando haga esa operación la masa debe estar ya en la bandeja o molde donde vaya a hornear el pan.
- De lo contrario, se pueden romper las burbujas interiores de aire al transportarlo y nos resultaría un pan duro y apelmazado.
- Lo que si puede hacer después de la subida, es hacerle unos cortes con un cúter o cuchillo. Píntelo con yema de huevo y agua y si lo desea, esparza por encima semillas de girasol, sésamo, etc.
- También puede espolvorear el pan con harina en vez de pintarlo. Quedará con un aspecto más rústico.

- Imprescindible que la masa haya crecido antes de hornear. Dependiendo de cada horno, la temperatura adecuada oscilará entre 200º C y los 225º C y el tiempo aproximadamente deberá ser de 30 minutos para los panes de 500 gramos a 600 gramos y de 10 a 15 minutos para los más pequeños.

## PREPARACIÓN:

1. Pese la harina y reserve.
2. Vierta en el vaso Thermomix el agua y el azúcar y **programe 3 minutos, a 37 grados, en velocidad 2**
3. Agregue la mitad de la harina y la levadura y **programe 8 segundos en velocidad 6**.
4. Añada la harina restante y la sal, y **amase a velocidad Espiga durante 3 minutos**.
5. Retire la masa con las manos embadurnadas en aceite o harina, dele la forma deseada (barras, pan de molde, redondo, etc.)
6. Precaliente el horno a 50º C, colocando en una esquina de éste un vasito de agua. Introduzca el pan y manténgalo hasta que doble su volumen (unos 30 minutos), suba la temperatura del horno a 225º C, sin abrirlo y hornee otra media hora, más o menos. Si en los últimos minutos se tuesta demasiado, baje la temperatura, si está a 225 grados bajar a 200 grados.
7. Puede pintar la superficie del pan, antes de retirarlo del horno, con un poquito de agua con sal, leche, mantequilla, etc.