

Pan de Centeno



Herramientas

- Esa receta necesita un horno.
- Tazón grande.
- 2 sartenes rectangulares profundas y 4 abrazaderas para armar un horno holandés.
- Cuchara de madera.
- Espátula de goma.

Ingredientes

A

- 400 mililitros de agua fría.
- Una cucharadita y media de sal.
- Una media cucharadita de levadura activa.
- Una cucharada de azúcar blanco.
- Dos cucharadas de semillas de alcaravea.
- Una cucharada de aceite de oliva.

B

- Dos tazas y media de harina blanca para pan.
- Una taza de harina de centeno.

Preparación

- Coloque los ingredientes **A** en un tazón grande y revuelva con una cuchara de madera.
- Añadir ingredientes **B**.
- Usa la espátula y el mango de la cuchara de madera para mezclarlo todo suavemente hasta formar una bola. Sigue batiendo hasta que el recipiente esté limpio, raspando el recipiente con la espátula.
- Cubra el recipiente con film transparente y déje la bola reposar de 8 a 24 horas.
- Al día siguiente precalentar el horno a 200 °C.
- Engrase el interior de la olla holandesa con aceite de oliva.
- Con el mango de madera vuelve a hacer rodar la bola hasta que el recipiente quede limpio.
- Hace rodar la bola para transferirla hasta el horno holandés.
- Tape uno con el otro cierre bien con las abrazaderas y déje reposar 30 minutos antes de colocar el horno holandés en el tercio inferior del horno precalentado.
- Hornee durante 40 minutos, retire la bandeja superior y hornee hasta dorar la parte superior durante aproximadamente 5 minutos.
- Sacarlo, retirarlo de la sartén y dejar reposar hasta que se enfríe.