

thermomix

Pan de cañada (pan plano con aceite)



PAN DE CAÑADA

(PAN PLANO CON ACEITE)

INGREDIENTES

220 g de agua

1 sobre de levadura de panadería granulada instantánea (5 g) o 25 g de levadura prensada fresca

400 g de harina de fuerza

80 g de aceite virgen extra La Española

1 cucharadita de sal

2 - 3 cucharadas de azúcar

ACCESORIOS ÚTILES

pañó de cocina

bandeja de horno y papel de hornear

PREPARACIÓN

1. Ponga en el vaso el agua y la levadura. Caliente **1 min/37°C/vel 2**.
2. Añada la harina, 30 g de aceite virgen extra La Española y la sal y amase **1 min/vel 1**. Forre una bandeja de horno con papel de hornear. Retire la masa del vaso, forme una bola y deje reposar en la bandeja preparada cubierta con un paño (aprox. 15-20 minutos).
3. Precaliente el horno a 220°C.
4. Coloque la masa en la bandeja preparada y, con las manos, extienda la masa dándole forma ovalada (aprox. 40 cm de largo). Presione toda la superficie de la masa con los dedos, riéguela con 50 g de aceite virgen extra La Española y espolvoree con el azúcar.
5. Hornee durante 20 minutos a 220°C. Retire del horno, corte en porciones y sirva.



Tiempo activo: 10 min
Tiempo total: 50 min



12
12 raciones



baja



Por ración:

Energía 726 kJ / 174 kcal
Proteínas 4 g / Hidratos 24 g
Grasa 7 g / Colesterol 0 mg
Fibra 1 g