



HARINAS MIXTAS

— ESCUELA —

CURSOSDECOCINA

comida, familia & amigos

HARINAS MIXTAS

INGREDIENTES:

- 440 GR DE HARINA DE CENTENO
- 260 GR DE HARINA DE AVENA
- 150 GR DE HARINA DE LINAZA
- 150 GR DE HARINA BLANCA
- 18 GR DE SAL
- 20 GR DE LEVADURA
- 50 GR DE MASA MADRE
- 750 GR DE AGUA

ASÍ SE HACE:

En un bowl mezclar primero las harinas, para así tener una mezcla seca homogénea, luego, agregar el resto de los ingredientes y comenzar a amasar hasta obtener una masa lisa y homogénea.

Fermentar en bloque por 60 minutos y luego dar forma de ovillo y fermentar en banetón o algún molde a elección por 40 minutos más. Hornear por 15 minutos a 220°C y luego 30 minutos a 180°C.

TIPS:

Esta masa tiene un porcentaje de hidratación mayor a lo normal, tiene a ser muy pegajosa y difícil de trabajar, en tal caso no agregar más harina, solo seguir trabajando en ella.