



PAN BAO

— ESCUELA —

CURSOSDECOCINA

comida, familia & amigos

PAN BAO

INGREDIENTES:

- 1 KG DE HARINA
- 75 GR DE AZÚCAR
- 20 GR DE LEVADURA
- 12,5 GR DE VINAGRE BLANCO
- 18 GR DE SAL
- 500 GR DE AGUA
- 25 GR DE ACEITE DE MARAVILLA

ASÍ SE HACE:

En un bowl mezclar todos los ingredientes y amasar hasta obtener una masa lisa y homogénea.

Fermentar en bloque por 30 minutos y luego dividir en ovillos de 100 gramos cada uno, fermentar los ovillos cubiertos con plástico por 20 minutos y luego uslear en círculos de medio centímetro de grosor.

Cortar pequeños cuadrado de papel mantequilla y pintar con aceite, doblar nuestros discos de masa por la mitad con un cuadrado de papel mantequilla en su interior, fermentar por 20 minutos más sobre papel mantequilla previamente pintado con aceite.

Cocinar en vaporera por 20 a 25 minutos con tapa.