

Masa Madre Sin Gluten

Tipo de plato: Masas y Postres · Procedencia: Mesacamilla · Autor: Mavillum

INGREDIENTES

ELABORACIÓN

Hidratación: 100% Harinas: 50% arroz blanco, 20% arroz integral, 20% trigo sarraceno, 10% maicena

Día 0 – Inicio

Harina: 50 g arroz integral

Agua: 50 ml

Mezclar hasta homogeneizar.

Cubrir con paño limpio y reposar 24 h a 20–25 °C.

Día 1 – 1ª alimentación

Retirar aprox. 50 g de masa madre inicial.

Alimentar con: Alimentar con: arroz blanco 25 g, arroz integral 10 g, trigo sarraceno 10 g, maicena 5 g, agua 50 ml

Mezclar bien, cubrir y dejar fermentar 24 h.

Día 2 – 2ª alimentación

Retirar aprox. 50 g de masa madre.

Alimentar con: Alimentar con: arroz blanco 25 g, arroz integral 10 g, trigo sarraceno 10 g, maicena 5 g, agua 50 ml

Mezclar, cubrir y reposar 24 h.

Día 3 – 3ª alimentación

Repetir procedimiento:

Retirar mitad de la masa (~50 g)

Alimentar con: arroz blanco 25 g, arroz integral 10 g, trigo sarraceno 10 g, maicena 5 g, agua 50 ml

Mezclar y dejar 24 h.

Día 4–5 – Masa lista

La masa madre debe estar burbujeante, activa y ligeramente ácida.

Alimentación diaria para mantenimiento:

Retirar mitad de la masa (~50 g)

Arroz blanco 25 g, arroz integral 10 g, trigo sarraceno 10 g, maicena 5 g, agua 50 ml

Uso recomendado:

Bizcochos y tartas: usar 20–30% de la harina total de la receta

Pan sin gluten: usar 50–60% de la harina total

Tips profesionales

Mantener temperatura estable 20–25 °C.

Cubrir bien para evitar corte de fermentación.

La primera fermentación con arroz integral da fuerza; luego la mezcla final aporta sabor y consistencia.

Guardar en refrigeración si no se usa; alimentar 1–2 veces por semana y activar antes de usar.

MAVILLUM