

Pan de cristal masa madre

Tipo de plato: Masas y Postres · Subtipo: Panes · Procedencia: Internet · Autor: Mavillum

INGREDIENTES

300 gr	Harina de fuerza
200 gr	Masa madre líquida
240 gr	Agua
8 gr	Sal
3 gr	Levadura

ELABORACIÓN

Mezclamos todos los ingredientes y dejamos reposar 10 minutos, tapado.

Esta masa es muy pringosa así que me hice plegados.

La ponemos en un recipiente aceitado y vamos haciendo pliegues de la masa sobre sí misma, como si fuera un papel para meter en un sobre, cada media hora durante un par de horas, alternando el sentido de los pliegues.

Y dejamos fermentar hasta que doble. Esta fermentación yo la hice en nevera.

Una vez fermentada la masa la pasamos a la encimera muy enharinada, imprescindible esto porque la masa es muy húmeda y se pega como una condenada. Dejamos reposar 5 minutos, sin quitarle el gas en absoluto

Metiendo las manos bajo la masa vamos estirándola en forma de rectángulo, sin forzar. Tendremos que hacerlo en varias veces, dejando reposar de vez en cuando, porque la masa se resiste un poco.

Cuando esté fina a nuestro gusto (yo la dejé un poco demasiado fina) cortamos en panes rectangulares que iremos poniendo sobre bandejas de horno.

Tapamos con plástico y dejamos que sigan fermentando algo mientras se calienta el horno a 240°.

Jesús Machí dice que no hace falta vaporizar agua, pero yo lo hice porque mi horno es más seco que el desierto del Gobi. Cocemos 25-30 minutos sobre una chapa o piedra (si la tenemos), hasta que los panes estén perfectamente secos y crujientes. Pasamos a una rejilla para que se enfríen.

MAVILLUM