

Centeno Supergranos

Composición

Pan de centeno supergranos	800 g
TOTAL	800 g

Receta centeno supergranos

Ingredientes

Harina de centeno alemán	700 g
Harina de fuerza	300 g
Agua	830 g
Softgrain Quinoa	150 g
Softgrain Espelta	150 g
Softgrain Multigrain	150 g
Rustic	30 g
Sapora Aroldo	30 g
Sapora Oberto	20 g
Levadura	40 g
Sal	20 g
TOTAL MASA	2,420 Kg



Proceso de elaboración:

Amasado: 7 minutos a marcha lenta + 4 minutos a marcha rápida. Añadir el agua a intervalos.

Temperatura de la masa: 28 °C

Reposo en bloque: 20 minutos

Boleado y reposo en pieza: dividir y bolear ligeramente

Forma: poner en moldes ovalados

Fermentación: 120 minutos

Temperatura del horno: 230 °C

Vapor: Si

Tiempo de horneado: 50 minutos