

Recita sencilla para pan blanco

Traducida por Ramón Vargas Salas

Ingredientes y materiales

Para una hogaza completa o cuatro rollos grandes (15 cm de diámetro):

- 500 g de harina blanca mas un extra para empolver la superficie de trabajo
- 2 cucharadas de sal
- 7 g de levadura seca
- 2 cucharadas grandes de azúcar granulada
- 3 cucharadas grandes de aceite de oliva más un extra para engrasar el recipiente de horneado
- 300 ml de agua tibia
- Charola para hornear
- Una toalla pequeña
- Báscula de cocina
- Large mixing bowl
- Taza de medición
- Taza
- Una cuchara pequeña
- Paleta para mezclar

Método

1. En la taza disuelve azúcar en agua y rocíale la levadura seca, luego mezcla bien con la paleta de mezcla. Deja la taza en un lugar tibio durante media hora.
2. Cuando la mezcla esté burbujeando vierte un poco de ella en un recipiente que contenga la harina, el aceite de oliva y la sal, bien mezclados. Deja de añadir el agua cuando la masa forme una bola suave.
3. Saca la masa del recipiente y amásala sobre una superficie con harina en ella hasta que esté elástica y suave.
4. Pon la masa de vuelta en el recipiente, cúbrelo con una toalla y colócalo en un lugar tibio hasta que doble su tamaño, aproximadamente después de una hora.
5. Saca la masa del recipiente y elimina las burbujas de aire amasándola de nuevo. Dale la forma de una hogaza y ponla en la charola para hornear. Cúbrela con la toalla y déjala en un lugar tibio hasta que doble su tamaño (90 minutos).

Material de apoyo para:

Lewis D (2012) Haciendo pan: enseñando ciencia en la escuela primaria. *Science in School* 23. www.scienceinschool.org/2012/issue23/bread/spanish

6. Coloca la hogaza en un horno precalentado a 220° C y hornea por 30 minutos o hasta que esté dorada en la parte superior y suene hueca cuando se le pega con el dedo.
7. Ponla en una charola para que se enfríe y ¡Se paciente!

Material de apoyo para:

Lewis D (2012) Haciendo pan: enseñando ciencia en la escuela primaria. *Science in School* **23**. www.scienceinschool.org/2012/issue23/bread/spanish