Espigas de pan blanco



Consejo del chef

Puedes espolvorear un poco de harina por encima de tus barras de pan espiga, y disfruta de su espectacular apariencia y su esponjosidad.

Raciones para 2

- ❏ **500 gr** Harina de fuerza
- ❏ **350 gr** Agua
- ❏ **10 gr** Levadura fresca
- ❏ **10 gr** Sal

1. En un bol, poner la harina y deshacer la levadura con las manos sobre ella. Mezclar e incorporar el agua y la sal.
2. Amasar estirando y plegando para incorporar aire.Es una masa pegajosa, pero no añadiremos harina extra para rectificar.
3. Formar una bola e introducir en un cuenco aceitado para que doble su volumen 2h aproximadamente.
4. Cortar la masa en dos mitades y aplanar cada mitad formando un círculo. Doblar un extremo hacia el centro y apretar para cerrar. Doblar el otro extremo de la misma manera. Finalmente volver a doblar por la mitad para sellar ambos extremos.
5. Con los pliegues hacia abajo, rodar la barra por la superficie de trabajo para estirarla del centro hacia los lados.
6. Espolvorear un poco las barras con harina, extender sobre un paño limpio con harina y dejar que leven durante unos 45-60 minutos o hasta que doblen el volumen.
7. Una vez levadas, realizar cortes con unas tijeras (en ángulo de 45º) en la masa (no cortar hasta el final) y alternar las puntas hacia uno y otro lado para formar la espiga del pan.
8. Hornear con el horno precalentado a 240º, calor arriba y abajo durante unos 25 minutos.
9. Para generar vapor durante el horneado, poner al precalentar un recipiente vacío en la parte inferior del horno, introducir las espigas y añadir medio vaso de agua en el recipiente cerrando enseguida la puerta del horno para que no escape ni calor ni el vapor generado.

Notas del Chef

https://cookinglovers.teka.com/es/receta/espigas-de-pan-blanco/