

Pan con yogurt y ajo



Dificultad: 

Tiempo de preparación: 40min , Tiempo de cocción: 8min

Tiempo total: 48min , Número de porciones: 3

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/pan-con-yogurt-y-ajo>

Preparación

Introducir en un bol el agua y el yogurt. Cubrir con la harina, el ajo picado y el cilantro molido. Añadir la miel, la sal y la manteca, en tres esquinas diferentes. Depositar la levadura en un hueco hecho en el centro de la harina. Formar bien la mezcla y pasarla a la mesa enharinada, amasando unos 10 minutos hasta que quede una masa elástica y firme. Colocar la masa en un cuenco ligeramente aceitado, cubrir con film y dejar fermentar en un sitio cálido, en la cocina, durante una hora o hasta que la masa duplique su volumen. El tiempo dependerá de la temperatura ambiente, en invierno puede necesitar algo más. Encender el horno a 240°C, dejando dentro tres bandejas para que se vayan calentando. Una vez que la masa se haya fermentado, pasarla a la mesa enharinada, amasando unos segundos con los nudillos para eliminar el exceso de aire. Dividir la masa en tres porciones. Formar una bola con cada parte (bolear la masa), extendiendo con el rodillo hasta formar panes de forma alargada, planos, de unos 8 mm de grosor. Engrasar ligeramente la superficie con

Ingredientes

- ✓ 100 cc. Agua templada
- ✓ 125 cc. Yogurt natural sin azúcar
- ✓ 300 grs. Harina
- ✓ 1 diente de Ajo pelado y picado fino
- ✓ 1 cucharadita/s Sal
- ✓ 1 cucharadita/s de semillas de Cilantro molidas
- ✓ 2 cucharadita/s Miel
- ✓ 1 cucharada/s Manteca
- ✓ 1 cucharadita/s Levadura
- ✓ 1 cucharadita/s Comino
- ✓ 1 poco Cilantro fresco
- ✓ 1 poco Manteca para servir
- ✓ 1 poco Aceite de girasol para engrasar

Categorías

Un día normal, Todo el año, Económico, Cereales, pastas y arroz, Lácteos y huevos, Vegetales, Ingrediente extra, Familia, Pan y otros panificados para la casa

aceite de girasol. Realizar el mismo procedimiento con los otros dos bollos. Colocar los panes sobre las bandejas calientes, espolvorear con los cominos y el cilantro picado, y hornear a 240° unos 8 minutos, o hasta que suban y queden esponjosos. Luego pasar bajo el grill unos segundos, o hasta que queden bien dorados. Untar con mantequilla derretida y servir al momento, calientes.

