PAN RAPIDO SIN GLUTEN (EN MOLDE)

INGREDIENTES:

- 250 gr de agua
- 50 gr de aceite de oliva
- 1 pastilla (25 gr) de levadura fresca levital (sin gluten)
- 1 cucharadita de azúcar
- 10 gr de sal
- 270 grs de harina sin gluten (he usado la del Mercadona)
- 100 grs de mijo en grano.

PREPARACIÓN:

NOTA: Si se hace sólo con harina sin gluten (total 370 grs) empezar en el paso 4

1. Poner el mijo en el vaso y pulverizar **1 min/vel 10**
2. Añadir en el vaso la harina sin gluten y la sal y pulverizar todo junto **15 seg/vel 10** (para que me queden las harinas y la sal bien integradas, como tamizadas)
3. Sacar la mezcla de harinas del vaso y reservar en un bol
4. Sin lavar el vaso poner el agua, el aceite, la levadura y el azúcar. Programar **1 min/ 37º/ vel 2**
5. Añadir al vaso la mezcla de harinas con sal y mezclar **15 seg/ vel 6**
6. Amasar **2 min/ función amasar**
7. Mientras untar con un poco de aceite y la ayuda de un trozo de papel de cocina (o pincel de silicona) un molde de plum-cake. Verter la masa del vaso dentro del molde.
8. ¡Para acabar de rebañar bien el vaso (lo que queda en las cuchillas) poner de nuevo el vaso en la base y programar 2 segundos de turbo! Hay que tener en cuenta que las masas hechas con harina sin gluten son bastante pegajosas.
9. Con una espátula de silicona (también llamada lengua de gato), repartir la masa por todo el molde. Poner un chorrito de aceite de oliva por encima y repartir con ayuda de la espátula dejando toda la superficie del pan bien untada.
10. Enciender el horno a 160º, con aire, introducir un bol con agua en la base del horno y el molde con el pan en la rejilla a media altura. Cuando lleve unos 30 minutos darle una mirada y si hace falta subir la temperatura a 180º (total en el horno 40 minutos). Cada horno es un mundo, más vale más tiempo a menos temperatura que no que se tueste demasiado por fuera y quede crudo por dentro.

Silvia Gómez del Pulgar Álvarez

Agente Comercial Thermomix Nº 66635