

## PAN DE MAÍZ

1. Poner en un recipiente 100 gr girasol, cubiertas por agua durante al menos 1 hora.
2. En el mismo recipiente donde vamos a amasar posteriormente poner; 425gr de agua, y 12 gr de levadura en polvo ó 20 gr de levadura prensada y remover, cuando esté disuelta la levadura añadir sobre esto: 500gr de harina panificable Healthy raw Materials, 70gr de harina de maíz y una pizca de cúrcuma y otra un poco mayor de pimentón, 25 gr de aceite vegetal, 1 huevo, y 6 gr de Pysillium.
3. Cuando esté preparada la mezcla, añadir directamente los 100 gr de pipas de girasol, eliminando previamente el agua con un colador.
4. Amasar suavemente unos 30 minutos, encender el horno de aire a 240º.
5. Hacer bolas de unos 300 gr y formar suavemente colocándolos en nuestras bandejas o moldes y dejándolas fermentar sobre 30 ´aprox. Si la masa está muy fría necesitará más tiempo de fermentación.
6. Hornear a 230º de entrada y bajar a 190º cuando entre el pan al horno durante 30´aprox

Abrir al final de la cocción una pequeña corriente de aire en el horno para eliminar el vapor de la cocción durante al menos 7´ siendo en total de horno para este tipo de piezas, aproximadamente unos 37´ minutos.