

PAN DE LINAZA RUBIA

A la hora de elegir la linaza, yo la prefiero rubia (o golden) principalmente por su sabor intenso que se parece a fruto seco.

Es difícil encontrar la linaza rubia en forma de harina, es por esto que yo la preparo en la casa moliendo las semillas en la procesadora de alimentos que tenga disponible. Es mucho más barato que comprarla hecha.

Si por conveniencia prefieres comprar la harina de linaza, el resultado será casi el mismo.

Ingredientes

- 2 ½ tazas de harina de linaza rubia o semillas de linaza rubia
- 1 taza de agua filtrada
- 1 cdta de polvos de hornear
- 1 cdta de bicarbonato de soda
- 1 cdta de vinagre de sidra de manzana
- ½ cdta de sal

Preparación

1. Precalentar el horno a 220°C.
2. En caso de usar semillas de linaza, moler las semillas en una procesadora de alimentos hasta que se parezca a harina. Para asegurarse que no quedan semillas enteras, pasar la harina por el cedazo y volver a procesar.
3. En un bowl grande, mezclar bien todos los ingredientes secos. Formar un agujero en el centro y agregar el vinagre de sidra de manzana, agua. Con movimientos circulares, mezclar la masa hasta que se desprenda de los bordes del bowl. Luego, con las manos amasar ligeramente para formar una bola de masa homogénea.
4. En un molde de silicona o metal, forrado con papel para hornear, colocar la masa relleno del molde de manera uniforme y dejando la superficie lisa. Opcional: Humedecer un poco la superficie y espolvorear un poco de semillas de maravilla y sésamo, presionando un poco para que se adhiera mejor al pan.
5. Cubrir con un paño de cocina limpio por unos minutos, para que la linaza absorba toda el agua.
6. Hornear el pan por 60 minutos o hasta que la superficie este dorada.
7. Retirar del horno y dejar reposar por 10 minutos, sin desmoldar el pan.
8. Sacar el pan del molde y esperar a que se enfríe completamente antes de rebanar. Puede conservarse en el refrigerador por hasta 7 días o congelado por hasta 3 meses.