

PAN DE JAMÓN Y ESPECIAS



INGREDIENTES:

RINDE
12 PORCIONES

- 3 tazas de harina
- 1 taza de agua
- 1 y 1/2 cucharada de levadura instantánea
- 1/2 cucharadita de sal
- 1 sobre de Natuvia Probióticos
- 2 cucharadas de aceite de girasol
- 2 cucharadas de margarina light
- 250 g de jamón picado
- 1/2 cebolla mediana picada
- 1/2 taza de chile rojo dulce picado
- 1 ajo triturado
- 3 cucharaditas de culantro picado



PREPARACIÓN:

1. Colocá en un tazón o en la batidora, la harina y la levadura, luego mezclá bien.
2. Añadí la sal, Natuvia Probióticos, agua y uní.
3. En una sartén, calentá el aceite y la margarina y cociná la cebolla, ajo, chile y jamón. Por último, adicioná el culantro.
4. Agregá esta mezcla a la masa anterior.
5. Amasá hasta obtener una pasta consistente y manejable.

 natuvia

6. Colocá sobre la mesa rociada con harina y amasá unos diez minutos, si es necesario utilizá harina adicional para afinar la pasta, también podés amasar con el gancho de la batidora 5 minutos.
7. Dejá reposar por una hora a temperatura cálida. Al salir de reposo, formá nudos y barnizá utilizando huevo con agua.
8. Dejá reposar 10 minutos más. Precalentá el horno a 375 F y horneá por 25 minutos.

VALOR NUTRICIONAL POR PORCIÓN:

Porción	Energía	Grasa	Proteína	Carbohidratos totales
1 Porción	124 kcal	6 g	5 g	13 g