

Pan de ajo

Publicada por:

[imprimir](#)

- 80 '
- 60 '
- 6



Comentario nutricional

El consumo habitual de ajo ayuda a reducir los niveles de colesterol y triglicéridos actuando como un protector para la salud del corazón y las arterias.

Modo express

1. Machaque los ajos en un mortero.
2. En un bol, mezcle el agua y el azúcar; añada la levadura desmenuzada y la mitad de la harina y amase. A continuación agregue la harina restante, los ajos y la sal y vuelva a amasar.
3. Embadúrnese las manos con aceite o harina y saque la masa del bol. Dele la forma deseada (barras, pan de molde, redondo...); haga unos cortes en la superficie e introdúzcalo en la cubeta, tapado con un trapo.

4. Deje reposar el pan durante 1 hora, cierre la tapa y programe el menú Horno a 176º durante 60 minutos. A los 40 minutos dele la vuelta al pan y deje acabar el programa.