

Receta de pan con tomate y cebolla



Receta de pan de tomate y cebolla

Un pan con tomate y cebolla roja (Pane Con Pomodori e Cipolle Rosse) es **originario del pueblo de Tropea en Italia**, en donde los ingredientes como los tomates y las cebollas abundan.

¿Cómo hacer pan con tomate y cebolla?

Para elaborar esta receta se recomienda en lo posible utilizar **tomates de pulpa firme, maduros y sabrosos**, así como cebollas frescas y suaves.

Información Nutricional

Categoría: [Panes Saborizados](#)

Cocina: [Italiana](#)

Calorías: 375

Preparación: 3 horas 15 minutos

Cocción: 45 minutos

Raciones: 1 pan

Receta de pan con tomate y cebolla

Ingredientes

- 500 g de harina fuerza
- 500 g de tomates maduros
- 150 ml de agua
- 2 cebollas rojas en rodajas
- 3 $\frac{1}{2}$ cucharaditas de levadura seca
- 3 cucharaditas de orégano fresco picado
- 2 cucharaditas de sal
- 1 cucharadita de ají molido
- 1 cucharada de aceite de oliva

Levadura seca	Levadura fresca
5 gramos	15 gramos
10 gramos	30 gramos
20 gramos	60 gramos

Tabla de equivalencias de levaduras

Preparación

- 1. Esparcir la levadura en 100 ml de agua, reposar

durante 5 minutos y revolver hasta que se disuelva.

- 2. Mezclar la harina y la sal en un recipiente grande, abrir por el centro y añadir el agua con levadura, cubrir con la harina de los costados y con una cuchara de madera revolver hasta formar una pasta espesa, cubrir con un paño limpio y esponjar durante 60 minutos, hasta que leude y forme espuma.
- 3. Pelar los tomates sumergiéndolos por 1 minuto en agua hirviendo y quitar la piel con un cuchillo, cortar por la mitad y picar la pulpa. Reservar.
- 4. Calentar el aceite de oliva en una olla, añadir la pulpa de tomate, la cebolla, el orégano y el ají, tapar y cocinar a fuego suave por unos 10 minutos, llevar la mezcla a un tazón y enfriar.
- 5. Añadir la mezcla de tomate al fermento esponjado, mezclar con el harina hasta formar una masa blanda y pegajosa, rectificando con más harina si la masa estuviera demasiado húmeda.
- 6. Volcar la masa sobre una superficie enharinada y amasar durante unos 10 minutos hasta obtener una mezcla tersa y flexible, llevar la masa a un recipiente limpio y ligeramente aceitado, cubrir con un paño y leudar por unos 60 minutos o hasta que doble su tamaño. Desinflar la masa y frotarla en círculos por unos 5 minutos y luego reposar por otros 10 minutos.
- 7. Dar a la masa la forma de un pan redondo y llevar a una placa de horno aceitada, cubrir con un paño de cocina y leudar por unos 35 a 45 minutos, o hasta que doble su tamaño.
- 8. Llevar el pan con tomate y cebolla al horno precalentado a 200°C (392°F) por 45 minutos hasta que adquiera un color dorado y suene hueco al golpeteo de los dedos. Enfriar sobre una rejilla de alambre.

Manual de panadería

Rebajas



[El Pan: Manual de Técnicas y Recetas de Panadería \(FONDO\)](#)
[VER PRECIO](#)

¿Sabías qué?

Los tomates son frutas originarias Los Andes y fueron cultivados exitosamente por los aztecas en México, **de hecho la palabra deriva del azteca «tomatl»** que significa simplemente «fruta hinchada».

Recomendamos

- [Pan de jamón y queso](#)
- [Receta de pan provenzal](#)
- [Pan de chocolate casero](#)
- [Pan con zanahoria natural](#)