

Receta de pan de campo francés



Receta de pan de campo francés (Pain de Campagne)

El pan de campo francés (pain de campagne) es un **característico pan rústico** elaborado con [masa madre](#), muy tradicional también de las panaderías de este país.

¿Cómo hacer pan de campo francés?

Elaborado con masa madre y una pequeña cantidad de harina de arroz, el pan de campo francés **da como resultado un amasado de sabor ácido**, de textura esponjosa y cubierta crujiente.

Información Nutricional

Categoría: [Masa Madre](#)

Cocina: [Francesa](#)

Calorías: 300

Preparación: 3 horas

Cocción: 60 minutos

Raciones: 1 pan

Receta de pan de campo francés (Pain de Campagne)

Ingredientes

1. Masa madre

- 250 g de harina de fuerza
- 300 ml de agua
- 2 cucharaditas de levadura seca

2. Masa de pan

- 325 g de harina de fuerza
- 175 ml de agua
- 50 g de harina de arroz
- 1 $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal
- 1 cucharadita de levadura seca

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

Tabla de equivalencias de levaduras

Preparación

1. Masa madre

1. Disolver la levadura en un frasco grande con agua y reposar por 5 minutos revolviendo para que se disuelva.
2. Añadir el harina y continuar revolviendo con una cuchara de madera
3. Tapar el frasco con un paño de cocina y fermentar a temperatura ambiente por al menos 2 días y 3 días como máximo, revolviendo cada 12 horas. La masa burbujeará y tendrá un agradable aroma ácido.

2. Masa de pan

- **1.** Disolver la levadura en el agua y reposar por 5 minutos. Medir 250 ml de masa madre. Reservar.
- **2.** Mezclar las harinas y la sal en un bol grande y abrir por el centro, añadiendo la masa madre y el agua con levadura, mezclar desde los costados hasta formar una masa dura y pegajosa, añadiendo más agua cucharada a cucharada si la masa estuviera muy seca.
- **3.** Voltear la mezcla sobre una superficie cubierta de harina y amasar durante unos 10 minutos hasta obtener una textura elástica y homogénea, trasladar nuevamente la masa a un recipiente limpio, cubrir con un paño y leudar durante 2 horas, luego desinflar la masa y reposar por 10 minutos.
- **4.** Dar a la masa la forma de un pan redondo y reposar sobre una placa de horno enharinada, cubrir con un paño de cocina y leudar por otros 45 minutos hasta que duplique su tamaño.
- **5.** Espolvorear con harina el pan y realizar 3 cortes paralelos de 5 mm de profundidad en la superficie y luego otros 3 cortes más de forma cruzada a los anteriores.
- **6.** Llevar a horno pre-calentado a 200°C (396°F) durante 1 hora hasta que la superficie este dorado y su sonido al golpearlos sea hueco. Enfriar el pan de campagne sobre una rejilla.

El arte de la cocina francesa

Rebajas



[El arte de la cocina francesa](#)

[VER PRECIO](#)

¿Sabías qué?

Antiguamente Francia era conocida con el nombre de Galia, ocupada por los galos, **un pueblo celta de origen indoeuropeo**, los cuales desarrollaron las civilizaciones de La Tène y Vix.

Recomendamos

- [Pan baguette francés](#)
- [Pan de campo uruguayo](#)
- [Pan de campo griego](#)
- [Pan de leche blandito](#)