

Receta de pretzel alemanes



Receta de pretzel alemán

El pretzel (bretzel o brezl) es un tipo de pan o galleta horneada, **con una característica forma retorcida** en forma de lazo y con un sabor ligeramente salado.

¿Cómo hacer pretzel?

Preparar pretzel es en verdad una receta muy sencilla, sin ingredientes complicados, **ya que el secreto está en la elaboración**, una masa que primero se enfría, luego se hierve y finalmente termina su cocción en el horno.

Información Nutricional

Categoría: [Panes Enriquecidos](#)

Cocina: Alemana

Calorías: 350

Preparación: 7 horas

Cocción: 20 minutos

Raciones: 8 panes

Receta de pretzel alemán

Ingredientes

- 500 g de harina de trigo
- 125 ml de agua tibia
- 125 ml de leche
- 65 g de [bicarbonato de sodio](#)
- 40 g de mantequilla sin sal
- 21 g de levadura fresca
- 15 g de sal
- 15 g de azúcar morena
- Sal de mar

Preparación

- **1.** En un bol grande añadir 100 gramos de harina cernida, la levadura y el agua tibia, revolver todo hasta obtener una mezcla homogénea. cubrir con papel film y reposar en un lugar cálido durante 5 horas.
- **2.** Añadir la leche a temperatura ambiente, la azúcar morena y la sal, integrar y agregar la harina poco a poco mezclando con una cuchara de madera o una espátula de silicona hasta obtener una masa homogénea, incorporar la mantequilla trozada en cubitos, compactar con las

manos, formar una bola y reservar.

- 3. Trasladar a una mesa de trabajo enharinada y amasar por unos 10 minutos hasta obtener una masa firme, elástica y sedosa, reservar en un bol engrasado, cubrir con un paño limpio y reposar en un lugar cálido por unos 90 minutos o hasta que duplique su volumen.
- 4. Regresar la masa a una superficie enharinada y desgasificar por completo, dividir en 8 porciones iguales y rodar cada porción sobre la mesa hasta formar barras de unos 20 centímetros de largo, cubrir todo con papel film y reposar durante 10 minutos.
- 5. Rodar de nuevo los cilindros de masa con ambas manos hasta alcanzar una longitud de 40 centímetros y luego darles forma de pretzel, reservar sobre una bandeja cubierta de papel de cocina y reposar descubiertos por otros 30 minutos a temperatura ambiente, luego de eso reposar en la nevera por otros 40 minutos.
- 6. En una olla grande añadir 2 litros de agua, calentar a fuego medio hasta alcanzar el hervor y añadir el bicarbonato de sodio.
- 7. Encender y pre-calentar el horno a 200°C (398°F) por al menos 10 minutos.
- 8. Introducir cada pretzel al agua hirviendo, girarlo en cuanto empiece a flotar y retirar con una espumadera, alrededor de unos 15 segundos en total, reservar en una bandeja de horno cubierta de papel de cocina y esparcir sal de mar inmediatamente. Repetir con todos los pretzel.
- 9. Bajar la temperatura del horno a 180°C (356°F), introducir la bandeja con los pretzel y mantener por unos 15 minutos o hasta que adquieran una tonalidad marrón oscuro (no dorado o marrón suave) que indicará el punto exacto en donde adquiere su sabor característico. Retirar del horno y dejar enfriar sobre una rejilla.

Flotador de pretzel



[Relaxdays Flotador Gigante Brezel XXL, PVC, Marrón, 13 x 110 x 89 cm, Color \(10025419\)](#)

[VER PRECIO](#)

¿Sabías qué?

La denominación pretzel deriva de la palabra alemana «brezel» o «breze», **que a su vez deriva del vocablo en latín «bracellus»**, que significa «brazo pequeño» ya que su forma se asemeja a dos brazos entrelazados.

Recomendamos

- [Pan centeno alemán](#)
- [Bagels canadienses](#)
- [Crescentine italiana](#)
- [Marraqueta boliviana](#)