

Panecillos de Manzana

Estos panecillos son ideales para el desayuno. Aunque llevan manzana, no son dulces y combinan también con rellenos salados como: un poco de pechuga de pavo, queso de untar, tomate y aguacate, ...

INGREDIENTES:

- 500g Harina integral
- 200ml Bebida soja o leche
- 50 ml Aceite oliva
- 30g Nueces
- 25g Levadura fresca de panadero
- 2 Manzanas grandes
- 1 Cucharadita azúcar
- 1 Cucharadita Canela molida
- ½ Cucharadita sal

12
Uds.



ELABORACIÓN:

1. Mezclar la leche tibia, levadura y azúcar. Dejar reposar 5 minutos o hasta que se forme espuma.
2. Hacer un volcán con la harina integral, canela y sal, poner dentro el aceite, manzanas ralladas y la mezcla con la levadura.
3. Amasar 10 minutos, partir la masa en 12 porciones de aproximadamente 80g cada uno.
4. Bolear y poner en bandejas de horno, sobre papel de hornear (6 por bandeja) y dejar levar hasta que dupliquen su tamaño.
5. Hornear a 200°C, unos 25 minutos.