Bollos de Trigo Integral o Pan Integral

Makes: 200 servings

200 Servings

Ingredients	Weight	Measure
Levadura en polvo activa	5 oz	3/4 tza
Agua (110º F)	1 lb	1 pinta
Harina integral	7 lb 12 oz	1 3/4 gl 1 1/4 tza
Harina para todo uso fortificada	7 lb 4 oz	1 1/2 gl 2 1/3 tzas
Leche en polvo descremada instantánea	10 3/4 oz	4 1/2 tzas
Sal	3 3/8 oz	1/3 tza
Azúcar	2 lb	4 1/2 tzas
Manteca	1 lb 6 oz	3 tzas
Huevos enteros, congelados o huevos grandes frescos	1 lb 14 oz	3 1/2 tzas ó 17 huevos
Agua	6-8 lb	3-4 cuarto gl

Nutrition Information

Key Nutrients	Amount	% Daily Value
Total Calories	**178**	
Total Fat	4.09 g	
Protein	5.45 g	
Carbohydrates	30.94 g	
Dietary Fiber	2.74 g	
Saturated Fat	1.01 g	
Sodium	202 mg	

Directions

1. Disuelva la levadura en polvo en agua tibia. Deje reposar de 4 a 5 minutos.
2. Coloque los ingredientes secos en la batidora.
3. Añada la manteca. Mezcle a velocidad baja.
4. Combine los huevos, agua y la levadura disuelta con los ingredientes en la batidora.
5. Mezcle a velocidad baja hasta que la harina y el líquido estén combinados y la masa comience a tomar forma. Cambie a velocidad media y mezcle hasta que la masa se haga elástica y se separe de las paredes del tazón.
6. Cubra la masa y póngala en un lugar tibio (alrededor de 90º F de 45 a 60 minutos). Déjela crecer hasta que doble su tamaño.
7. Doble la masa, apretándola hacia abajo y deja que crezca una segunda vez.
8. Forme los bollos de masa, agarrando trozos de 1 ½ oz y dándoles forma. Coloque 6 a lo ancho y 10 a lo largo sobre bandejas de hornear 3 1/3 (18”x 26”x1”) y espere hasta que se duplique su tamaño.
9. Hornee hasta que estén dorados. En horno de convección: 350º F de 10 a 15 minutos.

Notes

Consejo adicional:
Barras de Trigo Integral
1. Dele forma de barritas y retuérzalas antes de dejar que crezcan una segunda vez.