PAN DE SOJA VERDE, MAIZ Y GARBANZOS.

INGREDIENTES:

75g de habas de soja verde

75g de garbanzos secos

150g de trigo sarraceno

25g de levadura freesca

350g de agua

30g de aceite

1 cucharadita de sal

PREPARACIÓN:

1. Ponga en el vaso la soja verde, los garbanzos y el trigo sarraceno y pulverice 1min/vel.10.
2. Añada la harina de maíz, la levadura, el agua, el aceite, la sal y mezcle 30seg/vel.6. Mezcle bien con la espatula y amase 2min/vel. Espiga. Deje reposar dentro del vaso durante 1 hora.
3. Engrase el fondo y las paredes de un molde de cake de 1 litrp de capacidad. Vierta la masa y extiendala para cubrir el molde. Cubra con film transparente y deje reposar durante 1 hora.
4. Precaliente el horno a 200ºC.
5. Hornee durante 45-50 minutos. Retire del horno y deje templar sobre una rejilla. Desmolde, deje enfriar y sirva.