



Pan de palo – la receta básica

DE UN VISTAZO



Qué

El clásico pan de palo sobre las brasas



Para qué

Fuego de campamento, reunión, campamento



Truco para recordar

Brasas, no llamas



15 min de masa + 45 min de reposo



para unos 10 panes



contiene gluten



Ingredientes

- ☐ 500 g de harina de trigo
- ☐ 1 sobre de levadura seca de panadería (7 g)
- ☐ 1 cucharadita de sal y 1 de azúcar
- ☐ 250 ml de agua templada
- ☐ 3 cucharadas de aceite



Cómo se hace

- 1 Mezclar la harina, la levadura, la sal y el azúcar en un bol.
- 2 Añadir el agua y el aceite y amasar al menos 5 minutos hasta tener una masa lisa.
- 3 Tapar y dejar reposar 45 minutos en un sitio cálido.
- 4 Buscar palos frescos del grosor de un pulgar (aprox. 1 m) y quitar la corteza de la punta.
- 5 Dividir la masa en 10 porciones, hacer tiras y enrollarlas en espiral en la punta del palo.
- 6 Girar despacio sobre las brasas hasta que el pan esté dorado (unos 10–15 minutos).



Variantes

- **Dulce:** 2 cucharadas de azúcar y 1 cucharadita de canela en la masa.
- **Pizza:** añadir hierbas y queso rallado.
- **Rápida:** usar masa de pizza ya preparada de la sección de refrigerados.



Seguridad: preguntar por alergias (¡gluten!). Mantener la distancia con el fuego y no agitar los palos.