



## Pan de Salvado

### Description

Mogollas Integrales or Mogollas de Salvado are the names we call these rolls. Usually In Colombia we have a baker on almost every corner and the bread is always fresh and warm.

### Pan de Salvado or Brown Bread Rolls (English version below)

#### Ingredientes para 12 o 16 Panes

- 350 gramos de harina de trigo y 150 gramos de salvado (o en UK 500 gramos de harina para pan integral o Wholemeal Brown Flour)
- 200 mililitros de agua.
- 50 gramos de mantequilla
- 1/2 cucharadita de sal
- 2 cucharadas de azúcar morena
- 1 cucharada de melaza o black treacle
- 1 cucharadita de canela en polvo
- 2 huevos
- 1 huevo batido para glasear.
- 1 sobre de levadura seca

#### Preparacion

1. Prepare la levadura en 3 cucharadas de agua tibia
2. Mezcle la mantequilla, azúcar, sal y la levadura.
3. Ponga la harina de pan en una taza y agregue el agua, y la mezcla de levadura y el resto de los ingredientes.
4. Mezcle hasta obtener una masa suave y luego amase en una superficie enharinada durante algunos minutos, hasta que este suave y elastica.
5. Ponga la masa en una taza aceitada, cubrir con papel vinilo y dejar reposar en un lugar calido durante 1 hora (ver nota) o hasta que haya doblado en tamaño.
6. Amase de nuevo durante algunos minutos mas y ponga la masa en una superficie enharinada y cortar en 12 o 16 pedazos.
7. Tome cada pedazo y haga una bola pellizcando los bordes hacia adentro para cerrar.
8. Ponga la union boca abajo en un molde para hornear con aceite o con papel engrasado.
9. Glasee los panes con el huevo batido a cada uno y deje reposar por otros 10 minutos.
10. Pre caliente el horno a 180° Celsius – 350° Fahrenheit de temperatura o gas marca 4.

~~11. Coloque la bandeja en el centro del horno y cocine por unos 15 minutos o hasta que estén dorados.~~

**Nota:** En invierno es difícil encontrar un lugar cálido para que la masa crezca, pero una alternativa que me funciona muy bien es: colocarla la taza dentro de otro recipiente con agua tibia y así crecerá mejor.

## **Brown Bread Rolls (English version)**

### **Ingredients for 12 to 16 rolls**

- 500 grams of Wholemeal Brown Flour
- 200 milliliters of water.
- 50 grams of butter
- 1/2 teaspoon salt
- 2 tbsp of muscovado or brown sugar
- 1 tbsp of black treacle.
- 1 tsp of ground cinnamon.
- 2 eggs
- 1 beaten egg to glaze.
- 1 sachet of dry yeast

### **Preparation**

1. Prepare the yeast in 3 tablespoons of lukewarm water
2. Blend the butter, sugar, salt and yeast.
3. Put the flour into a bowl and add the water, vanilla extract and the yeast mixture and the rest of the ingredients.
4. Mix to a soft dough and knead it on a floured surface for a few minutes, until smooth and elastic.
5. Put in an oiled bowl, cover with clingfilm and leave to rise in a warm place for 1 hour (see note) , or until it has doubled in size.
6. Re-knead the dough for few minutes more and put onto a floured surface again and cut into 12 or 16 pieces.
7. Take one piece at the time and make a ball and pinch the edges together to enclose.
8. Put seam-side down on baking sheet or with baking grease paper.
9. Glaze the buns with the beaten egg on the top and let them rest for other 10 minutes.
10. Pre-heat the oven at 180° Celsius – 350° Fahrenheit de temperature or gas mark 4.
11. Put the baking sheet in the middle of the oven and cook for approx 15 minutes or until golden.

**Note:** In winter is difficult to find a warm place for the dough, but one alternative that works for me very well is: Put the bowl into other container with warm water and let it rise.