



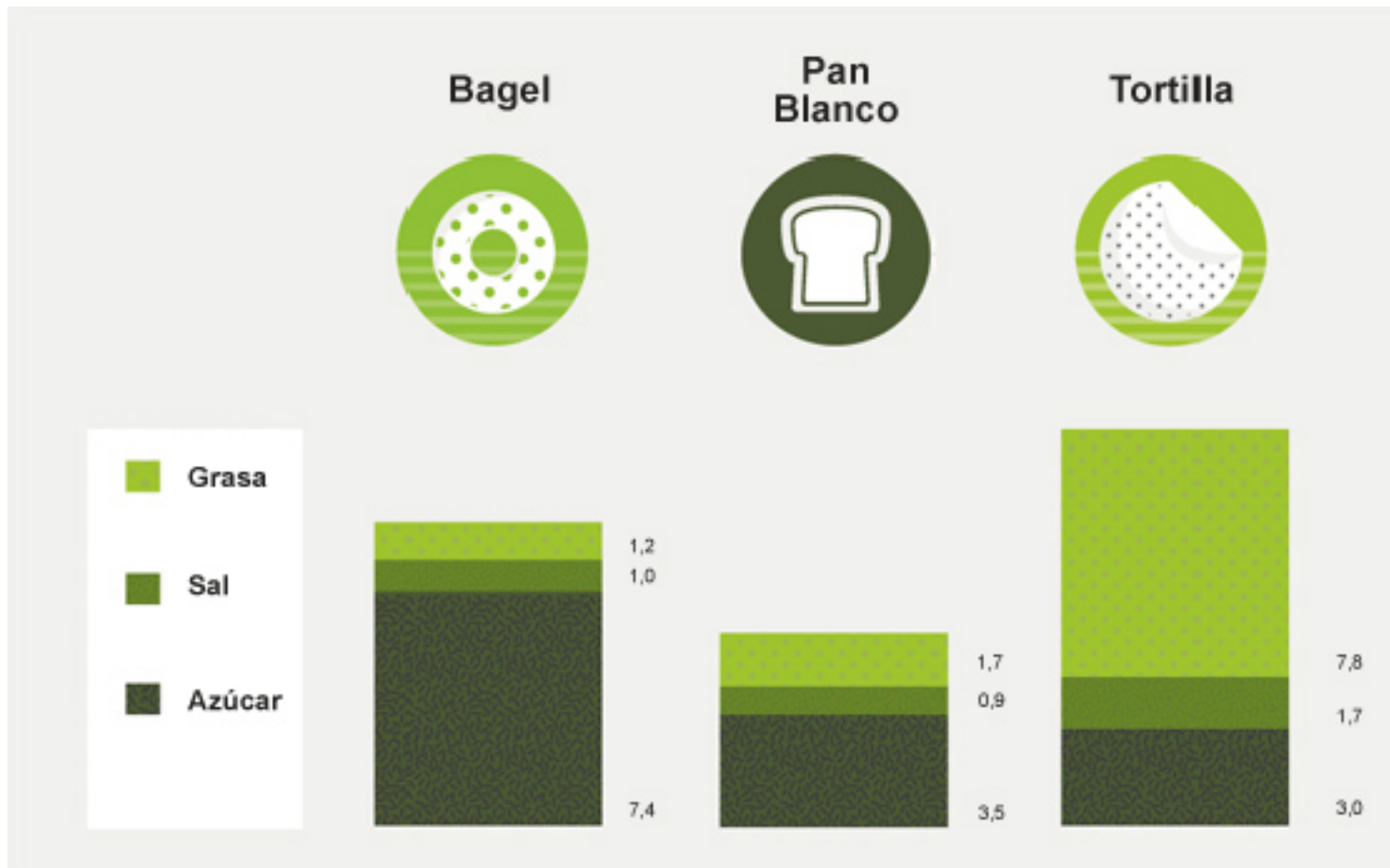
Algunos dicen que el pan engorda y que es poco nutritivo, pero otros aseguran que el pan tiene un alto

Son varios los tipos de harina que se usan para hacer pan. La integral se hace a partir de granos enteros

La sal, otro de los ingredientes básicos, es necesaria para controlar la fermentación, hacer la masa más

El pan hecho en casa contiene: 400 gramos de harina blanca, una cucharada de levadura, una cucharada

Por su parte, el contenido del pan industrial es: harina de trigo, agua, levadura, sal, aceite, y otros ingre



En cuanto al azúcar, el pan comprado en tienda contiene cuatro veces más de ese componente que el

Por los ingredientes que el pan contiene, hay quienes deberían evitar de comerlo. Algunosevitanelpan a

Un examen médico podría determinar si alguien es alérgico al pan. Sólo si lo eres, no deberías comerlo