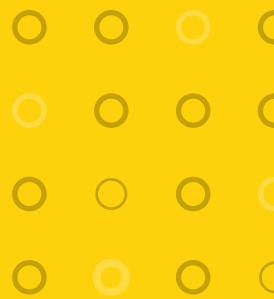




RECETARIO
PANADERÍA
ARTESANAL



Masa Madre

Elaboración de la Masa Madre

¿Qué es la masa madre?

La masa madre natural es un fermento compuesto de harina y agua que no contiene ningún tipo de levadura añadida. En la propia harina hay multitud de levaduras y bacterias que provocan la fermentación de las masas de manera espontánea. Esta forma de fermentación, tan antigua como los panes que con ella se elaboran, aporta un sabor y aroma especiales a las masas y ayuda a controlar su acidez.

Técnicamente hablando, masa madre de cultivo o natural, es un tipo de levadura natural, la cual se elabora a través del cultivo de las bacterias presente en cereales y granos, principalmente en sus cáscaras, y una fermentación de carácter láctica.

¿Cómo hacer una masa madre (starter)?

Ingredientes:

100 grs de harina integral
100 grs de agua filtrada o agua reposada (al menos 3 horas)

Día uno: Alimentar

Mezclar ambos ingredientes y disponer en un frasco hermético. Fermentar en un lugar cálido, idealmente entre 20 - 25°C

Día dos: Alimentar

Agregar 50 gr de harina integral y 50 gramos de agua reposada, mezclar y disponer en un lugar cálido.

Día tres: Alimentar

Agregar 50 grs de harina integral y 50 grs de agua reposada, mezclar y disponer en un lugar cálido.

Día cuatro: Refresco

Retirar 200 grs de nuestra mezcla e incorporar 100 grs harina integral y 100 grs de agua reposada (previamente mezclados). Disponer en un lugar cálido.



Día cinco: Refresco

Retirar 200 grs de nuestra mezcla e incorporar 100 grs harina integral y 100 grs de agua reposada (previamente mezclados). Disponer en un lugar cálido.

Día seis: Alimentar

Agregar 50 grs de harina integral y 50 grs de agua reposada, mezclar y disponer en un lugar cálido.

Día siete: Nuestra masa debería estar lista para su uso.

Mantenimiento y cuidados

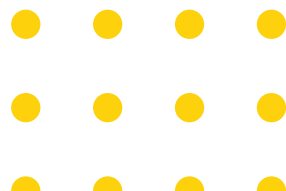
Para la mantención y cuidado de nuestra masa madre solo necesitamos un poco de dedicación y no mas de 5 minutos al día. Lo ideal para una óptima mantención de nuestra masa es mantenerla a temperatura ambiente y realizar un refresco diario, pero eso en general se puede lograr en casos donde se elabore pan a diario.

La otra forma de mantención es en refrigeración. este método está pensado en personas que elaboran pan ocasionalmente y desean utilizar los beneficios de la masa madre. Para esto debemos mantener nuestra masa madre en un pocillo hermético, la alimentamos cada 3 días y revoltemos bien, puede que comience a aparecer un liquido color café, el cual debemos descartar. Un día antes de utilizar nuestra masa madre, la retiramos del frio, refrescamos y dejamos en un lugar tibio, al menos 12 horas.

Una vez que tengamos lista nuestra masa madre (starter) es momento de activarla para su posterior uso, para esto debemos activar nuestra masa madre o starter en la razón 1:2:2 con agua reposada y harina.

Ejemplo: Si necesitamos 200 grs de masa madre activa, mezclamos 40 grs de masa madre o starter, 80 grs de agua y 80 grs de harina, tapamos y fermentamos al menos 12 horas, máximo 24 horas refrigerada.

40 gr starter + 80 gr de agua + 80 gramos de harina = 200 gr de masa madre activa



Pan solo con Masa Madre y con Autolisis

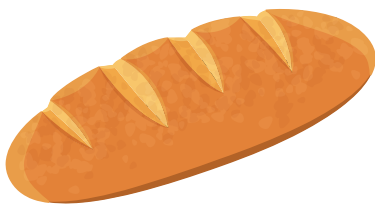
Autolisis consiste en mezclar suavemente el harina, el agua (solo estos ingredientes) y dejándolas en reposo durante unos 30 minutos. Con esto logramos aligerar el proceso de amasado, conseguir masas más aireadas y manejables, preservar el sabor intenso del pan y acortar los procesos de leudado de la masa.

Ingredientes:

- Harina 700 grs.
- Harina integral 300 grs.
- Sal 20 grs.
- Masa madre activa 200 grs.
- Agua 800 cc.

Elaboración:

- 1) Autolisis: Mezclamos las harinas y el agua de forma suave hasta obtener una masa con poco desarrollo.
- 2) Reposamos por 30 minutos, cubriendo nuestra masa.
- 3) Agregamos la masa madre activa y la sal, amasamos hasta obtener una masa lisa y homogénea.



4) Daremos una fermentación de dos horas a temperatura ambiente.

5) Dividimos en piezas de 500 – 600 gr, preformamos y reposamos por 30 minutos.

6) Dar forma final deseada. Fermentamos por 12 a 18 horas en refrigeración 4 – 5 °C.

7) Horneamos a 220°C por 10 – 15 minutos y posteriormente 20 minutos a 190°C.

Pan Brioche

Brioche

Ingredientes:

1 kilo de harina
20 grs de sal
40 grs de levadura
120 grs de azúcar
300 grs de huevo (6 huevos)
220 grs de agua
450 grs de mantequilla

Procedimiento:

- 1) Mezclar todos los ingredientes menos la mantequilla. Una vez lograda la masa (lisa y elástica), incorporar la mantequilla fría. Tratar de mantener una baja temperatura de la masa durante todo este proceso.
- 2) Reposar la masa en el frío por al menos 1 hora. Dividir y ovillar bolas de aproximadamente 50 grs. de masa.
- 3) Reposar por 15 minutos en frío. Volver a ovillar en forma redonda y hacer briochettes, brioches y savarines.
- 4) Disponer en molde varias bolitas una al lado de otra y dejar fermentar por unas 2 horas o hasta que doble su tamaño. Hornear a 165° c por 40 a 50 minutos.

Para la briochette:

- 1) Ovillar y disponer en molde briochette (venta en casas de repostería), llevar a fermentar hasta que doble su tamaño y cortar a gusto en la superficie, para luego hornear a 190°c por unos 20 minutos.



Frica y Lengua

Frica y Lengua

Ingredientes:

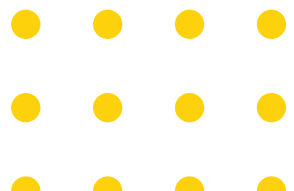
1 kg de harina
50 grs de leche en polvo
50 grs de mantequilla
40 grs de azúcar
20 grs de levadura
18 grs de sal
600 grs de agua
50 grs de masa madre
1 huevo (para pintar)
sésamo(decoración)

Preparación:

- 1) En un bowl mezclar todos los ingredientes, excepto mantequilla, huevo y sésamo, amasar hasta obtener una masa lisa y homogénea, libre de grumos. Reposar un par de minutos e incorporar de forma suave la mantequilla, hasta obtener nuevamente una masa lisa y homogénea. Fermentar en bloque al menos 45 minutos, posteriormente dividir la masa en piezas de 120 gramos cada una y ovillar.

Frica: Disponer los ovillos en lata para hornear frica o en bandeja de horno con una pequeña capa de aceite, aplastar leve y parejamente los ovillos y fermentar por 30 minutos más. Hornear a 220° c por 5 minutos y luego 15 minutos a 200°c.

Lengua: Tomar los ovillos y estirar de forma rectangular con ayuda de un uslero, luego enrollar desde ambos extremos hacia el centro, voltear y dejar el cierre hacia abajo, acentuar cierre y formar, y disponer en lata para hornear lengua o bandeja de horno con una pequeña capa de aceite. Hornear a 220° c por 5 minutos y luego 15 minutos a 200° c.



Marraqueta

Ingredientes:

1 kg de harina
18 grs de sal
10 grs de levadura
620 grs de agua

Procedimiento:

- 1) En un bowl mezclar todos los ingredientes y amasar hasta obtener una masa lisa y homogénea.
- 2) Fermentar en bloque por 1 hora y luego dividir en ovillo de 100 a 120 gramos cada uno. Luego de ovillar y juntar los ovillos, aplastar girándolos suavemente, pintar con aceite vegetal y marcar con un palo o cilindro para darle forma de marraqueta. Fermentar con la marca hacia abajo hasta que doble su volumen y hornear a 230° c con inducción de vapor por 15 min.

Bocado de Dama

Ingredientes:

1kg de harina
40 grs de azúcar
18 grs de sal
200 grs de leche
250 grs de agua
20 grs de levadura
100 grs de mantequilla
Mantequilla para pintar

Procedimiento:

- 1) En un bowl mezclar los ingredientes, excepto la mantequilla y amasar hasta obtener una masa lisa y homogénea, reposar un par de minutos e incorporar la mantequilla de forma suave hasta lograr nuevamente una masa lisa y homogénea.
- 2) Fermentar en bloque por 45 minutos y luego estirar en forma rectangular con ayuda de un uslero hasta obtener un espesor de 1 centímetro. Pintar la masa con mantequilla derretida y enrollar, cortar piezas de 7 centímetros de largo y con ayuda de una varilla o cuchara de madera presionar en el centro de cada pieza.
- 3) Fermentar por 30 minutos y hornear 20 minutos a 200° c.

Panes Italianos

Masa

Ingredientes:

1 kg de harina
18 grs de sal
20 grs de levadura fresca
100 – 200 grs de masa madre
650 grs de agua
60 – 80 grs de aceite de oliva

Preparación:

- 1) Sobre el mesón ponemos la harina y abrimos un volcán en el medio, agregamos la levadura y la masa madre en el centro del volcán, por la parte exterior del mismo ponemos la sal, luego en el centro ponemos el agua y empezamos a incorporar. Cuando sea absorbida toda el agua amasamos hasta lograr una masa lisa.
- 2) Reposar 5 minutos, luego con nuestros dedos aplanamos un poco la masa y empezamos a incorporar el aceite de oliva de a poco, procurando mantener la malla de gluten y que la masa quede igual de lisa que en el primer paso.
- 3) Esta masa la dejamos reposar 1 hora y estará lista para hacer focaccia, ciabatta o pizza.

Procedimiento focaccia:

En una fuente con abundante aceite de oliva ponemos la masa ya fermentada y bañamos con más aceite de oliva hasta cubrir toda la superficie. Hecho esto aplastamos la masa con nuestros dedos con la intención de que queden marcados en ella, le ponemos la garnitura que escogimos y de nuevo con los dedos la hundimos un poco sobre la masa. Horneamos a 220° c por entre 20 y 30 minutos.

Procedimiento ciabatta:

Para la ciabatta natural, solo debemos estirar en forma rectangular con abundante harina en la parte superior masa, cortarla en trozos irregulares dejar fermentar de en calor húmedo de 30 a 60 minutos. Luego horneamos a 220°c por entre 20 y 30 minutos.

Procedimiento pizza:

Para la pizza tomamos la masa ya fermentada, porcionamos y avillamos. Luego el ovillo lo estiramos con abundante harina o sémola de un grosor de 0,5 o menos, con ayuda de un tenedor pinchamos toda la superficie de la masa y prehornemos por 5 minutos a 220° c. Luego añadimos los ingredientes a elección y horneamos por 10 minutos a 220° c

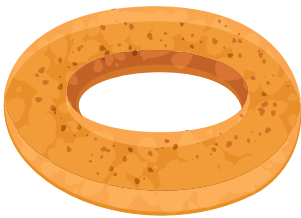
Bagel

Ingredientes:

1 kilo de harina
18 grs de sal
6 grs de levadura
200 grs de masa madre
550 grs de agua
50 grs de mantequilla
50 grs de azúcar

Procedimiento:

- 1) Mezclar todos los ingredientes y amasar hasta lograr una masa lisa. Reposar la masa para que fermente por unos 30 min. a 1 hora. Dividir la masa en porciones de aproximadamente 150 gr de masa y ovillar (forma de bola). Dejar reposar por unos 15 min para luego aplastar levemente para lograr un diámetro un poco mayor.
- 2) Cortar con cortamasa o algún elemento que sea cilíndrico, en el centro del ovillo. Debe quedar como una Donut. Dejar reposar por 15 min. y llevar a hervir en una olla con agua a 95° c. (este proceso es casi igual a freír, pero el tiempo en el agua debe ser de 1 min. como máximo).
- 3) Quitar del agua, luego de 1 minuto, dejando escurrir el exceso de agua.
- 4) Decorar con semillas o especias a gusto y llevar a lata de horno. Hornear por 15 a 20 minutos a 200° c.



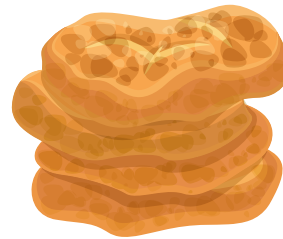
Pita

Ingredientes:

1 kg de harina
18 grs de sal
4 grs de levadura
630 grs de agua
60 grs de aceite de oliva o maravilla (pesar los ingredientes)

Procedimiento:

- 1) Mezclar todos los ingredientes menos el aceite y amasar hasta lograr una masa lisa y elástica. Agregar el aceite hasta volver a obtener una masa lisa como en el final del paso anterior. Fermentar la masa por una hora o una hora y media, hasta tener una masa levemente esponjada por la fermentación.
- 2) Ovillar trozos de aproximadamente 40 a 50 grs. Reposar la masa por unos 15-20 minutos y estirar con uslero, dando un grosor de aproximadamente 4 mm.
- 3) Hornear en horno y latas bien calientes (230-250° c) por 3 minutos o hasta que se inflen en el horno.



Pan Bao

Ingredientes masa:

1 kg de harina
75 grs de azúcar
20 grs de levadura
12,5 grs de vinagre blanco
18 grs de sal
500 grs de agua
25 grs de aceite de maravilla

Ingredientes relleno:

200 grs de carne de cerdo picada
10 cc de aceite de sésamo
20 cc de salsa de soya
pimienta agosto
1 cebollín con parte verde
1 pimiento rojo
ralladura de jengibre
1 diente de ajo

Procedimiento:

1) En un bowl mezclar todos los ingredientes y amasar hasta obtener una masa lisa y homogénea. Fermentar en bloque por 30 minutos y luego dividir en ovillos de 100 gramos cada uno, fermentar los ovillos cubiertos con plástico por 20 minutos y luego uslear en círculos de medio centímetro de grosor.

2) Cortar pequeños cuadrado de papel mantequilla y pintar con aceite, doblar nuestros discos de masa por la mitad con un cuadrado de papel mantequilla en su interior, fermentar por 20 minutos más sobre papel mantequilla previamente pintado con aceite. Cocinar en vaporera por 20 a 25 minutos con tapa.

Berlines

Ingredientes:

1 kg de harina
18 grs de sal
100 grs de azúcar
8 grs de levadura
50 grs de mantequilla
50 grs de leche en polvo (opcional)
550 grs de agua

Procedimiento:

1) Mezclar todos los ingredientes y amasar hasta lograr una consistencia lisa y elástica, reposar la masa para que fermente por unos 30 min. a 1 hora. Dividir la masa en porciones de aproximadamente 100-150 grs. de masa y ovillar (forma de bola).

2) Dejar reposar por unos 15 min. para luego aplastar levemente para lograr un diámetro un poco mayor, reposar en paños en harinados por 30 min. aprox para que fermenten y aumenten volumen.

3) Una vez logrado el volumen del Berlín, hornear por 15-20 minutos a 180° c, cuando salgan del horno humedecemos con aceite vegetal con la mano o con ayuda de una brocha. Partimos por la mitad y rellenos con manjar o crema pastelera, antes de servir, espolvoreamos con azúcar flor y servimos inmediatamente.



Trenzas

Ingredientes:

1 kg de harina
18 grs de sal
100 grs de azúcar
8 grs de levadura
50 grs de mantequilla
50 grs de leche en polvo (opcional)
550 grs de agua

Crema pastelera:

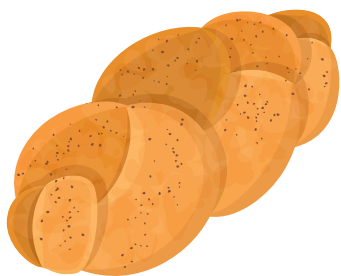
1 lt leche
6 uni de yemas de huevo
100 grs de maicena
200 grs de azúcar

Procedimiento:

1) Mezclar todos los ingredientes y amasar hasta lograr una consistencia lisa y elástica, reposar la masa para que fermente por unos 30 min. a 1 hora. Dividir la masa en porciones de aproximadamente 100-150 grs. de masa y ovillar (forma de bola).

2) Dejar reposar por unos 15 min. para luego aplastar levemente para lograr un diámetro un poco mayor, reposar en paños enharinados por 30 min aprox. para que fermenten y aumenten volumen.

3) Estiramos los ovillos lo más largo posible como dos hilos y luego procedemos a hacer el trenzado, yendo desde las puntas de afuera hacia las de adentro y dejamos fermentar por 30 minutos. Horneamos por 30 minutos a 180° c.



Hojaldre y Croissant

Ingredientes:

1 kilo de harina
18 grs de sal
100 grs de azúcar
50 grs de levadura
100 grs de masa madre
1 huevo
400 grs de agua
50 grs mantequilla sin sal
Para el pliegue:
500 grs de margarina de hoja

Preparación:

1) Mezclar todos los ingredientes (menos la margarina para los pliegues) hasta lograr una masa casi lisa, dar forma rectangular a la masa y dejar reposar en frío por 30 minutos. Durante el reposo de la masa estirar la margarina, también en forma rectangular y de un grosor de 0.8 centímetros.

2) Sacar la masa del frío luego de los 30 minutos, poner la margarina estirada en el centro de la masa rectangular y luego cerrar como si fuera un libro, debe quedar un cierre en la mitad de la masa.

*Antes de empezar a estirar es importante que tanto la masa como la margarina tengan consistencias similares, ni muy blanda ni muy dura, comenzar a estirar la masa desde el centro del rectángulo, procurando que la margarina se esparza por todas partes de igual forma. Estirar hasta un grosor de 0.8 centímetros, doblar la masa en la mitad para marcar el centro del rectángulo y luego volver a su posición, para llevar cada extremo hacia la mitad que hemos marcado y finalmente volver a doblar estos por la mitad.

Reposar en el frío por 15 minutos y volver a repetir el pliegue, estirar la masa de un grosor de 0.8 centímetros y cortar triángulos similares entre ellos. Enrollar cada triángulo desde la parte ancha hasta la punta más delgada. Disponer los croissants en latas y dejar fermentar hasta que doblen su tamaño, hornear a 180 C por 15 a 20 minutos (opcional pintar con huevo antes del horneado)

Hallullas

Ingredientes:

1 kg de harina
500 grs de agua
15 grs de levadura fresca
18 grs de sal
100-200 grs de masa madre
80 grs de manteca vegetal

Procedimiento:

1) En un bowl incorporamos los ingredientes secos primero, cuidando que la levadura no tenga contacto directo con la sal, luego añadimos los líquidos como la masa madre, el agua y la manteca pomada.

2) Amasamos hasta obtener una masa lisa y liviana. Hornear por 20 min. a 200° c como máximo..

Dobladas

Ingredientes:

1 kg de harina
15 grs de sal
220 grs de agua
220 grs de vino blanco
250 grs de manteca vegetal

Procedimiento:

1) En un bowl incorporamos los ingredientes secos primero, cuidando que la levadura no tenga contacto directo con la sal, luego añadimos los líquidos con el agua y la manteca pomada.

2) Amasamos hasta obtener una masa lisa y liviana.

3) Hornear por 20 min. a 200° c como máximo.

Panes Semi Dulces

Ingredientes para la masa:

1 kg de harina
20 grs de levadura
100 grs de azúcar
50 grs de leche en polvo
18 grs de sal
600 grs de agua
150 grs de mantequilla
200 grs de masa madre
Pan de chocolate:
80 grs de chocolate
420 grs de masa

Pan con nueces:

50 grs de nueces
450 grs de masa

Pan con amapola:

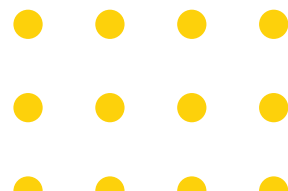
30 grs de amapola
630 grs de masa

Procedimiento:

1) Unir todos los ingredientes menos la mantequilla. Cuidar que la levadura no toque directamente la sal, la leche en polvo y el azúcar. Una vez lograda la consistencia de la masa la dejamos reposar por 10 minutos.

2) Luego volvemos a amasar hasta lograr una malla de gluten firme y elástica. Incorporamos la mantequilla hasta lograr una consistencia lisa nuevamente. Ovillar panes de 150 grs cada uno y hornear por 15-20 minutos a 220° c.

*Agregar ingredientes a elección y en la proporción deseada a esta masa



Rollitos de Canela

Ingredientes para la masa:

1 kg de harina
20 grs de levadura
100 grs de azúcar
50 grs de leche en polvo
18 grs de sal
600 grs de agua
150 grs de mantequilla
200 grs de masa madre

Ingredientes relleno:

azúcar a gusto
canela en polvo a gusto

Procedimiento:

1) Unir todos los ingredientes menos la mantequilla. Cuidar que la levadura no toque directamente la sal, la leche en polvo y el azúcar.

2) Una vez lograda la consistencia de la masa la dejamos reposar por 10 minutos. Luego volvemos a amasar hasta lograr una malla de gluten firme y elástica. Incorporamos la mantequilla hasta lograr una consistencia lisa nuevamente. Por último, estiramos de forma rectangular con un espesor de 1 cm.

Procedimiento del relleno:

1) Estiramos la masa en forma de rectángulo, que quede de 5 mm aproximadamente el grosor de la masa, agregamos canela y azúcar granulada a gusto por toda la superficie de nuestra masa y luego comenzamos a realizar el rollo de manera delicada y la vez presionando para evitar que nos quede suelto.

2) Para un mejor producto final, antes de cortar podemos refrigerar por 15 minutos nuestro rollito y posteriormente cortamos. Horneamos por 15-20 minutos a 200° c.



Panes Salados

Ingredientes para la masa:

1 kg de harina
18 grs de sal
20 grs de levadura
100-200 grs de masa madre
650 grs de agua
60 grs de aceite de oliva

Procedimiento:

1) Juntar los ingredientes y amasar (menos el aceite de oliva) hasta lograr una masa Lisa. Reposar 10 minutos y luego incorporar el aceite de oliva de a poco, procurando mantener la malla de gluten y que la masa quede igual lisa que en el primer paso.

2) Para saborizar los panes podemos agregar distintos ingredientes a gusto. Cuando incorporamos ingredientes enteros como tomate, aceituna, queso, etc.

3) Podemos agregar entre un 10-20 % del peso de la masa. Si agregamos especias, hierbas u otros ingredientes que poseen mayor poder saborizante, debemos tener precaución en la cantidad que agreguemos

Proporciones:

Betarraga: 10% de betarraga rallada y estrujada.

Aceitunas: 15% de aceituna picada sin carozo.

Tomate: 10% de tomate seco (previa hidratación) más orégano o hierba a elección en cantidad a gusto.

Queso: 10% de queso picado, puede ser el queso que mas les guste, excepto quesos muy húmedos y de sabor débil (quesos nuevos como fresco o ricotta).

Hierbas: cantidad y variedad de hierbas a gusto, procurando no poner demasiadas para no perder sabores.

Harinas Mixtas

Ingredientes:

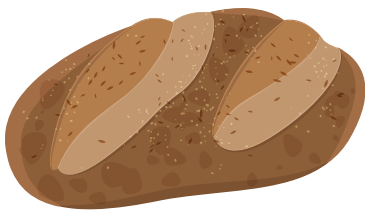
440 grs de harina de centeno
260 grs de harina de avena
150 grs de harina de linaza
150 grs de harina blanca
18 grs de sal
20 grs de levadura fresca
50 grs de masa madre
750 grs de agua

Procedimiento:

1) En un bowl mezclar primero las harinas, para así tener una mezcla seca homogénea, luego, agregar el resto de los ingredientes y comenzar a amasar hasta obtener una masa lisa y homogénea.

2) Fermentar en bloque por 60 minutos y luego dar forma de ovillo y fermentar en banetón o algún molde a elección por 40 minutos más. Hornear por 15 minutos a 220° c y luego 30 minutos a 180° c.

TIPS: Esta masa tiene un porcentaje de hidratación mayor a lo normal, tiene a ser muy pegajosa y difícil de trabajar, en tal caso no agregar más harina, solo seguir trabajando en ella.



Pan de Harina Integral

Ingredientes:

Harina integral 350 gr
Harina blanca 150 gr
Sal de mar 8 gr
Agua 350 cc
Levadura fresca 6 gr ó 2 gr de levadura seca

Procedimiento:

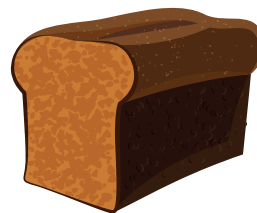
Amasado:

1) En un bowl juntamos la harina integral, la harina blanca y con ayuda de un tenedor la revolvemos para mezclarlas bien. Logrado esto, ponemos la sal por los bordes de bowl.

2) Incorporamos la levadura al agua y la disolvemos en ella. Para luego vertimos de a poco en la harina mientras revolvemos para hacer que esta se hidrate.

3) Cuando la harina absorbe el agua queda como un engrudo en este punto amasamos un poco dentro del bowl y llevamos al mesón para poderlo amasarlo bien de 6 a 8 minutos.

4) Cuando la masa tenga un aspecto liso que al tocarla con la punta del dedo vuelve a su forma, la ovillamos y ponemos un bowl previamente aceitado, tapando este con alusa para dejar fermentar hasta que duplique su tamaño, este proceso puede llevar entre 1 a 1 hora y media dependiendo de la temperatura del lugar.



Pan de Harina Integral

Armado:

1) Al molde le ponemos un poco de aceite de oliva y con una brocha lo esparcimos por todo su interior, seguido de esto le ponemos harina, asegurándonos de cubrir toda la parte interna del molde.

2) Sacamos del bowl la masa ya fermentada al doble de su tamaño inicial, le ponemos un poco de harina a ella, al uslero y estiramos la masa del medio hacia adelante y luego del medio hacia nuestro cuerpo. Despegamos con una raspa los borde y enrollamos de atrás para adelante.

3) Cerramos el borde de la masa y la llevamos al molde poniendo la parte que cerramos para abajo, luego la aplastamos un poco, alusamos y dejamos fermentar por lo menos 1 hora y media o hasta doblar su tamaño.

Horneado:

1) Retiramos el alusa con cuidado y en el horno precalentado horneamos 10 minutos a 200° C y luego bajamos la temperatura a 180° C y durante 35 minutos más..

Pan Lactal

Ingredientes:

Harina 400 gr
Leche 100 cc
Sal de mar 8 gr
Azúcar 15 gr
Agua 140 cc
Aceite 20 cc
Levadura fresca 8 gr o 3 gr de levadura seca

Procedimiento:

Amasado:

1) En una jarra juntamos el agua, la leche, el azúcar, la levadura y revolvemos hasta integrar los ingredientes, al lograrlo dejamos reposar por lo menos 5 minutos.

2) En un bowl ponemos el harina, por los bordes la sal y hacemos un volcán en medio para verter el líquido ya reposado mientras vamos revolviendo para que la harina absorba el líquido volviéndose un engrudo.

3) En este punto agregamos el aceite y cuando sea absorbido empezamos a amasar dentro del bowl y después lo sacamos al mesón para amasar de 5 a 7 minutos, hasta lograr una masa con apariencia lisa.

4) Ovillamos la masa y la ponemos en un bowl previamente aceitado, la tapamos con alusa y dejamos fermentar de hora y media a dos hora o hasta que duplique su tamaño.

Armado:

1) Con ayuda de una espátula sacamos la masa del bowl y la ponemos sobre el mesón con un poco de harina. Con el uslero enharinado estiramos la masa de medio hacia adelante y luego del medio hacia nuestro cuerpo para desgasificar la masa.

2) Despegamos con una raspa los borde y enrollamos de atrás para adelante.

3) Cerramos el borde la la masa y la llevamos al molde aceitado y enharinado poniendo la parte que cerramos para abajo y aplastamos un poco. Alusamos y dejamos fermentar de hora y media a dos horas o hasta duplica su tamaño.

Horneado:

1) Retiramos el alusa con cuidado y pintamos el pan con un huevo batido (esto es opcional), en el horno previamente calentado horneamos 10 minutos a 200° C y luego bajamos la temperatura a 180° C y lo 15 minutos más.





cursosdecocina
— ESCUELA —