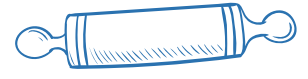




Panes Clásicos

— ESCUELA —
CURSOSDECOCINA
comida, familia & amigos

PANES CLÁSICOS



PAN BAGUETTE

INGREDIENTES:

- 1 k de harina.
- 620 g de agua.
- 18 g de sal.
- 4 g de levadura.
- 200 g de masa madre (receta en la hoja 2)

ASÍ SE HACE:

Mezclamos la harina con el agua hasta lograr unificar todo el contenido en un bowl. Debe quedar una masa con el mínimo de amasado, no es necesario que quede lisa y la dejamos reposar por 30 minutos.

Después del reposo incorporamos a la masa los demás ingredientes, cuidando que la levadura no tenga contacto directo con la sal. Luego amasar cuidadosamente hasta que se unan todos los ingredientes en una sola masa. Esta vez debe quedar lisa, si es necesario para amasar le damos unos cuantos golpes en el mesón a la masa.

Para dar la forma a las baguettes tenga en cuenta que debe pesar por lo menos unos 300 g. Una vez fermentada la masa, darle forma alargada y refrigerar. Hornee preferentemente un día después en horno bien caliente (230° aproximado) y con humedad (vapor).

PAN INTEGRAL CON SABORES

INGREDIENTES:

- 700 g de harina integral.
- 300 g de harina blanca.
- 18 g de sal.
- 4 g de levadura.
- 200 g de masa madre.
- 680 a 700 g de agua.

ASÍ SE HACE:

Mezcle todos los ingredientes y amase hasta lograr una consistencia líquida, si nota dificultad para amasar, repose 10 minutos su masa y reanude el amasado. Recuerde golpear y dar dobleces a su masa durante este proceso, de este modo trabajamos una malla de gluten fuerte.

Para saborizar las masas siempre tener en cuenta 10 o 15% del peso de la masa en ingredientes. Es decir, si quiero 500 g de masa para pan de higos, tendré que pesar 75 g de higos y 425 g de masa.

MEDIDAS PARA SABORIZAR:

- **Higos:** 75 g de higos y 425 g de masa baguette.
- **Semillas:** 50 g de semillas a elección y 450 g de masa baguette.
- **Ciruelas:** 75 g de ciruelas y 425 g de masa integral.
- **Avena y Pasas:** 80 g de avena integral hidratada (una noche en agua), 100 g de pasas corinto o a elección y 1220 g de masa integral.

MASA MADRE



PASO 1

INGREDIENTES:

- 1 manzana.
- Agua.
- Harina (según la cantidad de liquido)

ASÍ SE HACE:

Rallar la manzana y disponer en un recipiente con agua, cuidando que la manzana este siempre sumergida.

Para esto es necesario ir revolviendo día a día, así evitaremos la aparición de hongos en nuestra manzana.

Luego debemos dejar fermentar esta mezcla de agua y manzana por un periodo relativo entre uno a dos días. Una vez fermentada, ésta presentara un aspecto gaseoso y olor similar a una chicha o fermentación clásica de las frutas.

En este momento ya es posible separar la manzana del líquido, utilizando solamente el liquido para nuestra masa madre, por lo tanto colamos la mezcla y del liquido que obtengamos, incorporamos la misma cantidad de harina.

PASO 2

INGREDIENTES:

- 100 g de liquido fermentado.
- 100 g de harina.

ASÍ SE HACE:

A esta nueva mezcla de harina y fermento, le debemos dar al menos un día mas de fermentación.

Luego de esa fermentación, ya podremos utilizarla, reproducirla y mantenerla refrigerada.

IMPORTANTE

No refrigerar en el proceso de fermentación. Solo refrigerar para mantener.

Una vez que nos quede poca masa madre, utilizamos esa misma y agregamos agua y harina en iguales partes, mezclamos y se deja fermentar. De este modo estaremos reproduciendo nuestra masa madre.