

PAN AMASADO Y PAN TOSCANO

Introducción:

LEVADURA Y SU PROCESO:

- La levadura es un hongo (ser vivo) que produce enzimas capaces de provocar la fermentación alcohólica de los hidratos de carbono.
- Levadura seca (directa a la masa).
- Levadura fresca (realizar fermentado en agua tibia).
- La levadura se alimenta de azúcar y se MUERE con la sal (por eso debemos mezclarla muy bien con la harina, y no tenga contacto directo con la levadura).
- Se activa con un medio Líquido TIBIO.

3 PASOS:

1. Amasar y dejar fermentar o leudar (20 a 25 minutos)
2. DESGASIFICAR , para eliminar el bióxido de carbono, Armar las piezas, colocar DORA (yema +agua o leche)
3. Volver a leudar x 25 minutos y llevar al horno a cocción.

Los tiempos de fermentación, dependerán de la época del año, mientras más calor, menor el tiempo de leudado, así como en invierno, el tiempo detallado en la receta aumentara, fijarse en que duplique el volumen inicial.

DORA:

Se denomina al batido que se usa para sellar y abrillantar masas antes de ingresarlas al horno, se hace con la ayuda de una brocha.

Se realiza batiendo ligeramente, yema con 1 poco de leche o agua hasta integrarlos.

Profesora: Silvana Cecconi Gandini

www.placerculinario.cl

PAN AMASADO

Ingredientes:

- ½ kilo de harina
- 250cc de agua tibia
- 10 g. De levadura seca
- 10 g. De azúcar + 10 g. De sal
- 1 cucharada colmada de manteca vegetal + 1 cucharada de mantequilla

Preparación:

1. Juntar la harina con la sal revolviendo muy bien.
2. Incorporar la levadura y azúcar.
3. Derretir la manteca y margarina, verterla tibia a la harina.
4. Amasar hasta homogeneizar.
5. Leudar x 25 a 30 minutos.
6. Desgasificar.
7. Porcionar la masa en dos y formar un rollo grueso, cortar con cuchillo, rueda o con la mano, las porciones de acuerdo al tamaño deseado, ovillar, aplastar, pinchar con un tenedor.
8. Colocar dora.
9. Dejar descansar por 25 minutos, tapándola con un paño hasta que los panes "suban".
10. Hornear a 180° por 15 a 20 minutos, hasta que se doren.

Gramaje de los panes:

- 70 g para un pan amasado de tamaño tradicional
- 35 a 40 g pan para mini sándwich
- 22 a 25 g pan como para tapaditos

Profesora: Silvana Cecconi Gandini

www.placerculinario.cl

PAN TOSCANO

Ingredientes:

- 1 kilo de harina
- 15 g. De sal
- 25 g. De levadura seca
- 20g. De azúcar
- 50 cc de aceite de oliva + 2 cucharadas para untar masa
- 560cc de agua tibia
- 120 g. De aceitunas negras

Preparación:

1. Mezclar la harina con la sal, “esconderla”.
2. Agregar el aceite.
3. Incorporar la levadura, el azúcar y agua poco a poco, amasar.
4. Agregar las aceitunas en gajos, seguir amasando.
5. Una vez lista, colocar la masa en un bol y aceitar con el resto del aceite.
6. Dejar reposar tapado con plástico y paños secos hasta que triplique su volumen (25 minutos)
7. Volcar la masa sobre un mesón procurando que la parte aceitada quede hacia arriba.
8. Desgasificar, espolvorear bastante harina sobre la masa y estirar con uslero hasta 1 cm de grosor.
9. Cortar rectángulos del tamaño deseado, espolvorear harina sobre ellos, esto logrará que el pan quede con una costra y resulte más crocante.
10. Dejar fermentar 25 minutos más en las latas del horno.
11. Luego hornear a 200° x 20 minutos o hasta que se dore ligeramente.

Profesora: Silvana Cecconi Gandini

www.placerculinario.cl

Desarrollo de panes con diferentes sabores y texturas

A la masa se le pueden agregar diferentes ingredientes tales como:

- Salsa de tomate – cebolla – orégano
- Salame – aceitunas
- Orégano – queso rallado
- Cebolla salteada
- Semillas de amapolas - nuez
- Jamón – queso
- Panceta – queso rallado – orégano –ajo
- Curry
- Pimentones salteados

Los diferentes ingredientes se pueden mezclar directo con la masa, en la cantidad deseada según el gusto personal, o bien estirar la masa realizar rectángulos colocar una cantidad de relleno en un extremo y enrollar como si fuese un brazo de reina, poner una segunda vez y terminar juntando con dora, aplanar un poco el rollito.

Si haces un “rollo” deja fermentar 30 minutos.

Ideas para rellenar (rollo o redondo)

- Base: Queso crema, Queso chanco, Queso fresco, etc.
- Proteínas: Salmón ahumado, ave, atún, carne molida, lomito de cerdo, carne mechada, jamón. salame, etc.
- Verduras: Alcachofas, champiñones salteados, pimientos, cebolla caramelizada, zapallo italiano salteado, espinacas, lechuga escarola, cebollín, puerros, etc.

Realiza las combinaciones que quieras, algunas ideas:

- Queso crema - salmón ahumado
- Queso chanco - cebolla caramelizada y merkén
- Queso fresco - lechuga escarola - champiñones salteados - pimientos rojos salteados
- Atún - cebollín salteado – tomate – albahaca
- Queso chanco – jamón - puerros salteados
- Queso chanco - pollo al curry
- Queso fresco – choclo – tomate - albahaca
- Queso chanco - alcachofas marinadas - semillas de sésamo, etc.

Profesora: Silvana Cecconi Gandini

www.placerculinario.cl

TIPS con PLACER

LEVADURA

- La levadura fresca la debes fermentar en un pocillo aparte con un medio líquido tibio y azúcar, la levadura instantánea va directamente a la masa.
- Si una receta te indica levadura FRESCA y quieres usar Levadura Granulada, debes reducir a la mitad ejemplo: 40 gr. De levadura fresca = 20 de levadura granulada.
- Recuerda que una vez abierta el envase de levadura (grande) este pierde fuerza, al pasar el tiempo.
- Guárdala en un frasco de vidrio y colócale la fecha, si han pasado 6 meses y aún queda levadura, deberás agregar unos 5 gr más de lo que te dice la receta original.

SAL

- Recuerda “esconderla” o diluirla en agua, esta no debe tener contacto directo con la levadura.
- 1 cucharada Sopera de sal es más menos lo indicado para 1 kilo de harina
- Si ocupo Sal de mar, será 1/2 cucharada sopera.
- Recuerda que si se agrega a la masa del pan un ingrediente salado (aceitunas, anchoas, salame, jamón crudo, etc.) debo reducir la cantidad de sal de la masa.

Profesora: Silvana Cecconi Gandini

www.placerculinario.cl

AZÚCAR

- Es el alimento de la levadura, puedes ocupar azúcar granulada, flor, rubia, de caña, glucosa, miel (esta última le da humedad al pan y ayuda a su mayor conservación).

LIQUIDO

- Usarlo tibio, será más fácil trabajar la masa (quedara más tierna).
- Este puede ser agua, vino blanco o tinto, algún caldo de verduras, ave o carne, leche, cerveza, etc.
- Agrégalo poco a poco, en verano la harina está más seca y necesitara más líquido y en invierno esta tiene mayor humedad, por consiguiente necesitara menos líquido.
- La masa estará lista cuando no quede harina suelta en el bol, y tu masa este un poco pegajosa, bájala a la mesa y coloca harina en tus manos, esta será suficiente para empezar a amasar o sobar. Al sobar se activara el gluten (proteína de la harina) y la masa se ira secando, volviéndose elástica y lisa.

FERMENTACION o LEUDADO

- Recuerda que debemos leudar nuestra masa en un lugar cálido, cerca de la estufa, cerca del horno, en verano en el patio, etc.
- Para acelerar el proceso de fermentación poner la masa dentro de 1 bolsa , y este dentro de otra, colocarla dentro de un bol con agua tibia, ayudará a que el proceso de fermentación sea más rápido.
- Si dejas la masa en el bol, debes taparlo con papel film y luego puedes “arroparlo” con algún paño de cocina.
- El tiempo de fermentación total no debe superar las 1 ½ horas.
- Para “frenar” el leudado, puedo llevar la masa al refrigerador.

Profesora: Silvana Cecconi Gandini

www.placerculinario.cl

SABORES

- Puedes agregar el condimento que quieras para dar sabor a tus panes (orégano, ajo, merkén, estragón, albahaca, etc.) también puedes agregarle cebolla caramelizada, algún tipo de embutido, aceitunas, pimienta, semillas etc. otorgando un sello personal a tus panes.

COSTRA

- Lo clásico es usar DORA (yema + agua o leche) quedaran brillantes.
- Para colocar las semillas debes pintar con dora o con clara de huevo tu pan (así se adhieren).

HORNO

- La temperatura del horno debe ser media (170° a 180°) y este debe precalentarse 5 minutos una vez llegada a la temperatura requerida.
- Para hornear tus panes puedes ocupar láminas de Silpac, láminas de silicona, papel mantequilla, papel julia (lo venden en supermercados, y dura para 4 horneadas) o simplemente colocar alguna materia grasa (margarina, aceite o manteca) y un velo de harina (espolvoreada sobre la materia grasa).

CONGELAR

- Puedes congelar el pan que desees, pre-horneado, debes sacarlo del horno cuando este levemente dorado por abajo y firme en la superficie.

Profesora: Silvana Cecconi Gandini

www.placerculinario.cl



EXTRAS

Si dejas Leudar 10 minutos adicionales (en el último proceso de fermentación, cuando ya tienes tus piezas armadas), tu pan quedara más esponjoso, con alveolos más grandes.

Si tienes alguna duda, me puedes hacer las consultas que desees, indicando el curso a consultar, mediante la página web, Facebook, correo electrónico o directamente a mi WhatsApp, responderé a medida que mi tiempo lo permita.

Te dejo invitada o participar de los otros cursos online que tenemos disponibles, así como a los múltiples cursos presenciales que están programados para ti.

Un verdadero PLACER ser parte de tu cocina.

Nos vemos en el próximo curso.

Profesora: Silvana Cecconi Gandini

www.placerculinario.cl