



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 34 – SEPTIEMBRE DE 2010

## “LOS PANES Y PRODUCTOS DE PANADERÍA”

AUTORÍA <b>FRANCISCO DÍAZ RAMIRO</b>
TEMÁTICA <b>GASTRONOMÍA</b>
ETAPA <b>FORMACIÓN PROFESIONAL</b>

### Resumen

En este artículo vamos a estudiar las Palabras clave, Análisis e investigación de los panes elaborados por los pasteleros españoles. Adecuación de cada uno de estos dependiendo de su utilización posterior. Tipos de panes, materias primas definición y aplicación de estos en la elaboración de las diferentes piezas.

### Palabras clave:

Fuerza

Floja

Fermentación

Gluten

Harina

Salvado

Integral

Plasticidad

Horno

Refinado

Tamizar

Obrador

Masas

Amasar



ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 34 – SEPTIEMBRE DE 2010

Tostado  
Heñir  
Miga  
Cereal  
mejorante

## 1.- INTRODUCCIÓN

Según la Reglamentación Técnico Sanitaria, el pan sin otro calificativo designa el producto perecedero resultante de la cocción de una masa obtenida por la mezcla de harina de trigo, sal comestible y agua potable, fermentada por especies de microorganismos propias de la fermentación panaria, como el *saccharomyces cerevisiae*. Esta definición sirve para lo que nosotros vamos a denominar a lo largo del tema “pan común”.

Se conoce como pan especial aquel que reúne alguna de estas características:

- Que se haya utilizado harina enriquecida como materia prima.
- Que se haya utilizado algún ingrediente autorizado: leche, huevos, gluten, salvado, etc.
- Que no lleven sal o que no lleven fermentos añadidos.
- Que aunque sea pan común, tenga un formato que precise la intervención de la mano de obra en cada pieza individualizada.

Las materias primas que intervienen en la elaboración del pan son: harina, agua, sal y levadura.

## 2.- FASES A LA HORA DE ELABORAR EL PAN

- **Amasado:** Se puede hacer de forma manual o mecánica. Esta fase incluye varios pasos: es la fase de amasado en la que, después de haber puesto en el interior de la amasadora las materias primas, previamente pesadas y medidas, y con la amasadora en marcha, al cabo de unos minutos se podrá comprobar si los cálculos de hidratación de harina han sido correctos. Durante esta fase se pueden corregir las anomalías observadas, añadiendo agua o harina hasta conseguir el punto deseado. Este proceso debe hacerse en primera velocidad en las máquinas que disponen de dos. Después se cambiará a segunda velocidad para que la masa vaya tomando cuerpo. Se continúa amasando hasta que la masa resulte homogénea, lisa, más o menos elástica y se desprenda de las paredes de la amasadora.
- **Reposo:** Es el periodo de tiempo de fermentación comprendido entre el final del amasado y el pesado de la masa. Es la primera fermentación.



ISSN 1988-6047      DEP. LEGAL: GR 2922/2007      Nº 34 – SEPTIEMBRE DE 2010

- **División:** Obtener las porciones del peso deseado. Cuando se haga manualmente se debe realizar con cuchillo o cortapastas, para evitar desgarramiento.
- **Heñido o boleado:** Si se hace a mano se coloca una pieza debajo de cada mano ligeramente encorvada sobre la mesa. La pieza, que hasta entonces tenía forma irregular, pasará por debajo de la palma de la mano apretando ésta contra la mesa al tiempo que giran. De esta forma se extrae el aire que pueda tener la pieza y se le da forma redonda, obteniendo al mismo tiempo una superficie lisa.
- **Formado:** Una vez heñidas las piezas se les dará un nuevo reposo y se les dará forma.
- **Fermentación:** Se pondrán en estufas o armarios durante unos 29 minutos.
- **Cocción:** Es el proceso desde la entrada de las piezas de pan en el horno hasta su total desarrollo, evacuación de gases y tostado.

### 3.-TIPOS DE PANES

#### 3.1.- Pan común:

- **Pan bregado, de miga dura, español o candeal:** es el obtenido mediante una elaboración en la que es indispensable el uso de cilindros refinadores.
- **Pan de flama o miga blanda:** es el obtenido con una mayor proporción de agua que el pan bregado y que no suele precisar el refinado con cilindros.

#### 3.2.- Pan especial:

- **Pan integral:** Elaborado con harina integral.
- **Pan con grañones:** Elaborado con harina integral a la que se han añadido grañones (especie de sémola hecha de trigo cocido en granos) convenientemente tratados.
- **Pan con salvado:** Elaborado con harina a la que se le añade salvado en el momento del amasado, en una proporción mínima de 200 g de salvado por kg de harina.
- **Pan de Viena o pan francés:** Pan de flama entre cuyos ingredientes debe entrar, además de los básicos, azúcares, leches o ambos a la vez.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 34 – SEPTIEMBRE DE 2010

- **Pan glutinado:** Elaborado con harina y gluten de trigo en proporciones tales que el contenido en proteínas referido a materia seca del producto final sea igual o superior al 25 por ciento.
- **Pan al gluten:** Elaborado con harina y gluten de trigo en proporciones tales que el contenido en proteínas referido a materia seca del producto final menor al 25 por ciento.
- **Pan tostado:** El que después de su cocción, se corta en rebanadas y se somete a tostado y envasado.
- **Biscotes:** El que después de su cocción en moldes con tapa, se corta en rebanadas y se somete a tostado y envasado.
- **Colines:** Fabricados con una masa panaria que contiene la cantidad suficiente de grasa.
- **Pan de huevo, de pasas, con pasas, de leche y de miel:** Elaborados con masas panarias a las que se les han incorporado los ingredientes de los que toma el nombre.
- **Pan de otro cereal:** Aquel en el que se emplea harina de trigo mezclada con harina de otro cereal, en una proporción mínima del 51%.
- **Pan enriquecido:** Elaborado con harinas enriquecidas.
- **Pan de molde:** El que tiene una ligera corteza blanda y que, para su cocción se ha metido en un molde.
- **Pan rallado:** Resultado de la trituración del pan.

#### 4-DIFERENTES RECETAS DE PANES:

##### PAN COMUN

<p><b>Ingredientes:</b></p> <p>1 kg de harina.          30 ó 50 g de levadura.          5-6 dl de agua.          20 g sal.          100-150 g de masa madre.          3 g de mejorante</p>	<p><b>Elaboración:</b></p> <p>Se tamiza la harina sobre la mesa. Se hace un volcán y se colocan en el centro el resto de los ingredientes. Se amasa hasta conseguir una masa fina, homogénea y elástica. Se deja reposar 15 minutos. Se divide, hiñe y forma, se pasa a la fermentadora hasta que doble su volumen. Se cuece en el horno con vapor a una temperatura de 190-200°C durante 20-30 minutos, según el tamaño de la pieza.</p> <p>Si se hace en amasadora: Se ponen todos los ingredientes menos la harina, cuando estén bien mezclados, se añade la harina tamizada de golpe. Se termina de amasar teniendo en cuenta que la temperatura final de la masa sea de 25°C.</p>
--	--



ISSN 1988-6047

DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 34 – SEPTIEMBRE DE 2010

## PAN CANDEAL

<b>Ingredientes:</b> 1 kg de harina de media fuerza. 30 ó 40 g de levadura. 4,5 dl de agua. 20 g sal. 150-200 g de masa madre. 3 g de mejorante	<b>Elaboración:</b> Se amasa y se pasa por los rodillos refinadores, la temperatura final de la masa deben ser 22°C. Dividir, heñir y reposar. Formar y fermentar con una humedad del 70%. Tallar en fresco y cocer en el horno con vapor a 190°C.  Con esta masa también puede hacerse la “regaña”: amasar, dividir, heñir, estirar a rodillo en forma ovalada, pinchar, fermentar y cocer.
---	---

## COLINES

<b>Ingredientes:</b> 1 kg de harina floja. 30 ó 40 g de levadura. 4,5 dl de agua. 20 g sal. 10 g de aceite. 3 g de mejorante	<b>Elaboración:</b> Se amasa y se pasa por los rodillos refinadores. Dividir, formar, fermentar con una humedad del 75% y una temperatura de 30°C y cocer en el horno con vapor a 200°C.
--	---

## PAN GALLEGO

<p><b>Ingredientes:</b></p> <p>1 kg de harina de media fuerza. 100 g de harina integral. 40 ó 50 g de levadura. 8 dl de agua. 20 g sal. 150-200 g de masa madre. 3 g de mejorante</p>	<p><b>Elaboración:</b></p> <p>Se amasa hasta conseguir una masa semielástica. Reposar. Fermentar con una humedad del 60-65%. Poner el moñete un poco antes de cocer, procurando no bajar la masa. Cocer en el horno a 190°C sin vapor con el tiro cerrado al principio y abriéndolo cuando empiece a coger color.</p>
---	---

## PAN PAYÉS

<p><b>Ingredientes:</b></p> <p>1 kg de harina floja. 30 ó 40 g de levadura. 6 dl de agua. 20 g sal. 150-200 g de masa madre. 1 g de mejorante</p>	<p><b>Elaboración:</b></p> <p>Se amasa hasta conseguir una masa homogénea y elástica. Dividir y reposar 15 minutos. Formar en redondo y colocar en canastillas espolvoreadas de harina. Fermentar con una humedad del 60-65%. Colocar las piezas en el horno con la parte del fondo hacia arriba. Cocer en el horno con poco vapor a 185°C.</p>
---	---



ISSN 1988-6047

DEP. LEGAL: GR 2922/2007

Nº 34 – SEPTIEMBRE DE 2010

## PAN DE MOLDE

<b>Ingredientes:</b>	<b>Elaboración:</b>
<p>700 g de harina fuerte.</p> <p>300 g de harina floja.</p> <p>40 ó 50 g de levadura.</p> <p>3dl de agua.</p> <p>3 dl de leche.</p> <p>20 g sal.</p> <p>10 g de azúcar.</p> <p>50-100 g de mantequilla o manteca de cerdo.</p> <p>150-200 g de masa madre.</p> <p>3 g de mejorante</p>	<p>Se amasa hasta conseguir una masa homogénea y elástica. Dejar reposar tapada con un paño 15 minutos. Dividir ( si es necesario ), heñir ( dar dos cortes superficiales en forma de cruz ), reposar 5 minutos. Estirar la masa en forma de cilindro tan largo como el molde, colocarla dentro del molde, previamente engrasado con mantequilla, y presionarla con el puño hasta que cubra el fondo. Poner en la fermentadora hasta que alcance una altura de 2/3 del molde. Tapar y cocer a una temperatura de 200°C durante 45 minutos. Desmoldar y dejar enfriar fuera del molde.</p>

## PAN INTEGRAL

<p><b>Ingredientes:</b></p> <p>1 kg de harina fuerte. 500 g de salvado o compuesto integral. 60 ó 75 g de levadura. ½ l de agua. 30 g sal. 150-200 g de masa madre. 6 g de mejorante</p>	<p><b>Elaboración:</b></p> <p>Se amasa hasta conseguir una masa homogénea y elástica. Dividir y heñir las piezas dejándolas reposar 15 minutos. Formar las piezas, humedecer la superficie y decorar si se quiere con algo de salvado. Fermentar con la estufa a 30°C. Cocer a una temperatura de 185°C con bastante vapor y el tiro cerrado hasta que se dore, después abrirlo.</p>
--	--

## PAN CHAPATA

<p><b>Ingredientes:</b></p> <p>1 kg de harina de media fuerza. 100 g de harina de centeno. 10 g de harina de malta. 20 ó 30 g de levadura. 8 dl de agua. 20 g sal. 150-200 g de masa madre. 3 g de mejorante</p>	<p><b>Elaboración:</b></p> <p>Se amasa hasta conseguir una masa fina y elástica. Dejar reposar la masa durante hora y media, Cortar tiras de masa de unos 400 g y colocarlas en chapas de horno. Fermentar en la estufa durante 30 minutos. Cocer a una temperatura de 190°C sin vapor.</p>
--	---

### PAN DE CENTENO

<p><b>Ingredientes:</b></p> <p>1 kg de harina fuerte.  750 g de compuesto de centeno.  80 g de levadura.  1 l de agua.  35 g sal.  300 g de masa madre.</p>	<p><b>Elaboración:</b></p> <p>Se amasa hasta conseguir una masa fina y elástica. Dividir y heñir, reposar 15. Formar las piezas y espolvorearlas con harina, fermentar. Cocer a una temperatura de 185°C con vapor y el tiro cerrado hasta que empiece a dorar, después abrirlo y subir la temperatura a 200°C. El pan debe quedar bien seco.</p>
---	---

### PAN DE VIENA

<p><b>Ingredientes:</b></p> <p>1 kg de harina de media fuerza.  60 g de levadura.  3 dl de agua.  3 dl de leche.  20 g sal.  100-150 g de masa madre.  20 g de azúcar.  15 g de manteca de cerdo o mantequilla.  3 g de mejorante</p>	<p><b>Elaboración:</b></p> <p>Se amasa hasta conseguir una masa fina y elástica. Dejar reposar la masa durante 10 minutos. Dividir y heñir, reposar otros 10 minutos y marcar con la mano en forma de alcachofas. Colocar en canastillas y fermentar con poca humedad. Colocarlas en chapas de horno con la parte del fondo hacia arriba y cocer a una temperatura de 200°C.</p>
---	--

--	--

### PAN PARA PERRITOS Y HAMBURGUESAS

<p><b>Ingredientes:</b></p> <p>1 kg de harina de media fuerza.</p> <p>50 g de levadura.</p> <p>1 /2 l de agua.</p> <p>20 g sal.</p> <p>30 g de azúcar</p> <p>20 g de leche en polvo.</p> <p>100 g de mantequilla o margarina.</p> <p>3 g de mejorante (opcional).</p>	<p><b>Elaboración:</b></p> <p>Se amasa hasta conseguir una masa fina y elástica. Dividir y heñir sin reposar. Aplastar un poco con los dedos una vez colocadas las piezas en las chapas de horno. Pulverizarlas con agua y espolvorear con unas semillas de ajonjolí. Fermentar ( no en exceso ) en la estufa. Cocer a una temperatura de 200°C sin vapor. Si las piezas son para perritos, la fermentación será normal y no llevará ajonjolí.</p>
---	--

### PAN RÚSTICO AROMÁTICO



ISSN 1988-6047      DEP. LEGAL: GR 2922/2007      Nº 34 – SEPTIEMBRE DE 2010

<b>Ingredientes:</b> 500 gr de harina 8 gr de sal 320 ml de agua 5 gr de levadura fresca 10 gr de germen de trigo 1 pizca de nuez moscada 1 pizca de canela molida 1 ralladura de limón y de naranja	<b>Elaboración:</b> Tostar el germen en el horno, dejarlo enfriar, mezclarlo con la nuez moscada, la canela y las ralladuras de limón y naranja. Amasar los ingredientes junto con la mezcla anterior, dejar reposar la masa 1 hora. Divide la masa en cuatro porciones de 250 gr, dejar reposar 15 minutos. Formar las piezas y fermentarlas durante unas 2 horas. Hornear a 190º unos 45 minutos con vapor.
--	--

**Bibliografía:**

Isidre Puigbó, 1999. GUÍA PRÁCTICA DE TÉCNICAS DE PASTETERÍA PARA LA RESTAURACIÓN: Editorial: Cooking Books

Vilardell y Jornet. 1976. EL FORMULARIO DEL PASTELERO: Editorial: Aries

Manuel Vázquez Montalbán. 2003. DICCIONARIO INDISPENSABLE PARA LA SUPERVIVENCIA: Editorial: Ediciones B, S.A.

Mestayer de Echagüe, María. 1986. ENCICLOPEDIA CULINARIA CONFITERÍA Y REPOSTERÍA. Editorial: Espasa-Calpe.

Paco Torreblanca 2007. LA COCINA DULCE DE PACO TORREBLANCA. Editorial: Ediciones temas de hoy, S.A.

Yann Duytsche. 2007. DIVERSIONES DULCES: Editorial: Montagud Editores

Xavier Barriga 2009. PAN HECHO EN CASA Y CON EL SABOR DE SIEMPRE editorial: Grijalbo



ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 34 – SEPTIEMBRE DE 2010

#### Autoría

---

- Nombre y Apellidos: Francisco Diaz Ramiro
- Centro, localidad, provincia: I.E.S. "La Atalaya", Conil de la Frontera, Cádiz
- E-mail: pacopeli20@hotmail.com