

Colección... Saber más sobre...
Panadería económica
Pan de vapor

Caracoles de vapor

5

Procesos Productivos

**Módulo 3: Preparación de alimentos
nutritivos y económicos**



Autores

Lucila Valencia de la Mora
Coordinación General del Proyecto

**Expertos del taller de
Panadería económica**

Tulancingo, Hidalgo

Felipe Sosa Galindo
Mercedes Reyes Roque
María Magdalena Sánchez Santiago
Salomón López Amador
María de los Angeles Hernández García
Martha Vázquez Amador
María Esther Cordero Gómez
Blanca Estela Flores Romero
Omar Elías Díaz Domínguez
Guadalupe Chong Márquez
Federico Rivera Castro
Javier Gómez Méndez
Velia Méndez Pérez
Mauricio Sosa Gómez
Mariela Islas Cubas
Jesús Jonathan Sosa Cordero
Érika María Domínguez Rábago
Josefina Tenorio Toriz
Ofelia Catalina Hernández García
Tomás Sosa Reyes
Ana Belén López Vargas
Alfredo Sosa Reyes
Rosa Gutiérrez Figueroa
Alberto Vargas Gutiérrez
Alejandro Vargas Gutiérrez
Juan Ignacio Vargas Gutiérrez
Guadalupe Vargas Gutiérrez
Israel Vargas Gutiérrez
María Pérez Castillo
América Patricia Díaz Figueroa
Zita González Pérez
Javier Rivera

**Expertos del taller de
Pan de pueblo**

**Ahuatitla, Municipio San Felipe
Orizatlán, Hgo.**

Clemencia Hernández Hernández
Magdalena Ventura Hernández
María Magdalena Hernández Hernández
Concepción Martínez Hernández
Silvia María Hernández Bautista
Yolanda Martínez Bautista
Lucía Hernández Hernández
Carmen Hernández Torres
Margarita Horta Hernández
Florencia Hernández Medina
Carmen Hernández Michel
Antonia de la Cruz Cecilia
Francisca Medina Hernández
Angelina de la Cruz Alonso
María Catalina Rodríguez Hernández
María Julia Flores Hernández
Magdalena Medina Hernández
Ana Margarita Hernández Hernández
Florencia Hernández Bautista
María Bruna Hernández
Margarita Concepción Hernández
Eusebia Martínez Hernández
Agustina de la Cruz
Máxima Campos Martínez
Guillermina Rodríguez Hernández
Isabel Pavón Hernández
Inés Seferina Hernández
Delia Jazmín Medina Hernández
Seferina Ventura Hernández
María Acosta Melo
Francisca Piña Hernández
Epifania Hernández Hernández
María Concepción Hernández Hernández
Susana Hernández Hernández
Francisca Hernández
María Luciana Hernández
Yolanda Hernández Hernández
Hermelinda Hernández Hernández
Berta Concepción Hernández

**Expertos del taller de
Pan de feria**

Tulancingo, Hidalgo

María Eugenia Salvador Bristain
Epifanio Ortiz Neri
Nicolasa Ortiz Neri
José Ortiz Neri
Jesús Cervantes López

Caracoles de vapor

Presentación

Cuando amanece el día, las manos expertas de los panaderos mexicanos, trabajan con habilidad para transformar la masa en vistosas piezas de pan con formas y sabores variados.

Poco a poco, van saliendo del horno las charolas con diversos panes como conchas, cocoles, donas, orejas, panqués y una extensa gama de piezas olorosas y calientes que llegarán a todos los hogares para disfrutarse, acompañados de un espeso y humeante chocolate, o bien de un aromático café o atole.

La panadería es una actividad que podemos dominar si tenemos interés en aprender a preparar ricas piezas de pan que comprende la elaboración de las masas, de las pastas, de los rellenos y de los decorados que proporcionan artísticas presentaciones.

Esta Colección Saber más sobre... Panadería económica, contiene 70 títulos que les permitirán conocer paso a paso la elaboración de exquisitos panes.

Caracoles

Utensilios:

- Horno de tabique o calabacero.
- Casillero de panadería o tablas.
- 6 hojas o 3 charolas.
- Espátula.
- Charrasca.
- Brocha o cuchillo.
- Palote.
- Tablero o mesa.
- Manta o servilleta limpia.
- Pala.
- 2 charolas limpias.

F-B

Ingredientes:

- 2kg de harina que rinde para 36 caracoles.
- 30 g de levadura de pasta si trabajan en clima caliente, y dupliquen esta cantidad si trabajan en clima frío.
- 30 g de sal.
- 450 g de azúcar.
- 350 g de manteca vegetal o de puerco.
- ½ cucharada sopera de canela molida.
- 1 litro de agua hervida y fría.
- 50 g de manteca para engrasar el tablero.
- 50 g de manteca vegetal para engrasar charolas.

F-C

Manos a la obra

Preparación de la masa

1. Para empezar a elaborar los caracoles, laven sus manos con agua y jabón.

F-1

2. Coloquen 1 $\frac{1}{4}$ kg de harina en el tablero o mesa.

F-2

3. Ciernan la levadura y la harina.

F-3

4. Formen una fuente con la harina y la levadura.

F-4

5. Agreguen $\frac{1}{2}$ litro de agua fría

F-5

6. Agreguen la sal y la manteca.
F-6
7. Mezclen los ingredientes para formar una masa.
F-7
8. Amasen durante 10 minutos o hasta que la masa se desprege del tablero.
F-8
9. Dejen reposar la masa durante 15 minutos y cúbranla con una manta o servilleta limpia para que no se reseque la masa.
F-9
10. Agreguen el azúcar a la masa, el agua para disolverla y también añadan la harina sobrante.
F-10

11. Vuelvan a amasar hasta que la masa despegue del tablero.

F-11

Preparación de los caracoles

12. Corten la masa en 6 partes iguales.
F-12
13. Utilicen la espátula para cortar la masa.
14. Engrasen el tablero y dividan un pedazo de masa en 6 partes.
F-14
15. Coloquen un pedazo de masa en la parte engrasada.
F-15
16. Extiendan la masa con el palote.
F-16
17. Extiendan la masa por los 2 extremos para darle forma de triángulo y engrásenla con manteca.
F-17

18. Estiren dos puntas y enrollen hacia adelante.
F-18
19. Coloquen las piezas en las charolas y den vueltas a la masa para que quede en forma de caracol.
F-19
20. Continúen el mismo procedimiento para elaborar los 36 caracoles.
F-20
21. Engrasen ligeramente los 36 caracoles.
F-21
22. Dejen reposar las piezas durante 30 minutos para que esponjen y espolvoreen azúcar a los caracoles.
F-22

Horneado de los caracoles

23. Para hornear los caracoles se requiere una temperatura de 200° o calor fuerte en horno de tabique o calabacero

24. Coloquen la pala en la entrada del horno y metan las charolas del lado contrario donde se colocó el fuego.
F-24

25. Cierren la puerta del horno y dejen cocer de 20 a 25 minutos los caracoles.
F-25

26. Revisen el pan a los 10 minutos.
F-26

Nota:

Si es necesario, giren las charolas para que el pan se hornee parejo.

27. Saquen las charolas con la pala y la ayuda de los trapos.

F-27

28. Dejen enfriar el pan y colóquenlo en charolas limpias.

F-28

Han concluido la elaboración de los Caracoles, prepárense a saborearlos en compañía de sus familiares, vecinos y amigos.

Preparen también la venta de este exquisito pan.

Reyes Tamez Guerra
Secretario de Educación Pública

Ramón de la Peña Manrique
Director General del INEA

Luz María Castro Musso
Directora Académica

Lucila Valencia de la Mora
**Coordinadora de Desarrollo
de Procesos Productivos**

Justino Hernán Mercado Pérez
**Director del Instituto Estatal de Educación
para los Adultos, Hidalgo**

**Organización de Talleres para la Descripción
de Saberes y Habilidades Productivas**
Porfirio Maldonado Mouthon

Agradecemos la participación del personal de la Coordinación de Desarrollo de Procesos Productivos en la sistematización de las habilidades básicas y competencias laborales del taller de Panadería Económica, a los amasijos de las panaderías “La Guadalupana” y “San Juanita”, de Tulancingo, Hgo, y a la población experta en pan de pueblo de los amasijos de Ahuatitla, Municipio de San Felipe Orizatlán, Hgo, así como a la Coordinación Regional de Tulancingo, por su aportación en los procedimientos para pan de feria.

Agradecemos también la colaboración de la Subdirección de Producción de Medios y al Departamento de Producción Editorial del INEA.

Si usted desea mayor información, comuníquese al teléfono 52 41 27 62 o a la siguiente dirección electrónica: lvalencia@inea.gob.mx

PROGRAMA NACIONAL DE CAPACITACIÓN PARA LA VIDA Y EL TRABAJO

Colección Saber más sobre... PANADERÍA ECONÓMICA

Panadería económica

1. Teleras.
2. Bolillos.
3. Cuernos de vapor.
4. Barquillos.
5. **Caracoles.**
6. Besos.
7. Yoyos.
8. Bocados.
9. Pachucos.
10. Panquecitos.
11. Ladrillos
12. Piedras.
13. Budín.
14. Chicharrones.
15. Bisquets.
16. Orejas.
17. Rieles.
18. Polvorones.
19. Polvorones con pan molido.
20. Polvorón blanco de azúcar glass.
21. Galletas de coco.
22. Mexicanos.
23. Roscas de canela.
24. Soles.
25. Elotes.
26. Canastas.
27. Conchas.
28. Chilindrinas.
29. Neblinas.
30. Colchones.
31. Almohadas.
32. Barras para rebanadas.
33. Gusanos.
34. Calvos.
35. Burritas.
36. Semas.
37. Cocolos.

38. Calabazas.
39. Pan integral con salvado.
40. Cuernos de mantequilla.
41. Moños de danés.
42. Rehiletos.
43. Manitas.
44. Trenzas
45. Hojaldras.
46. Bigotes.
47. Bicicletas.
48. Pan de muerto.
49. Rosca de reyes.
50. Donas.

Pan de pueblo

51. Pan de yema.
52. Pan de elote.
53. Pan mestizo.
54. Chirimoyas.
55. Conchas.
56. Rebanadas.
57. Birotos.
58. Pan de caja.
59. Pan de royal.
60. Pan de muerto.
61. Pan de trenzas de sal.
62. Pan blanco de sal.
63. Pan catarino.

Pan de feria

64. Pan redondo o moreliano.
65. Pan redondo bordado.
66. Pan en forma de cocol.
67. Pan en forma de tornillo.
68. Pan en forma de corazón.
69. Pan típico de nuez.
70. Pan decorado con letras.

