

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

Gusanos de migajón

33

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

Gusanos de migajón

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.

Gusanos

Utensilios:

- Horno de tabique o calabacero.
- Casillero de panadería o tablas.
- Mesa o tablero.
- Espátula de plástico o lámina.
- Trapos para sacar las charolas o las hojas.
- Pala.
- Manta o servilleta limpia para tapar la masa.
- Brocha chica para untar el pan.
- Recipiente para batir el huevo o vaciar el brillapán.
- Charrasca o cuchillo.
- Palote de madera.
- Cuchara sopera.

F-B

Ingredientes para preparar la masa:

- 2 kg de harina que rinden para 40 gusanos.
- 400 g de azúcar.
- 300 g de manteca.
- 6 huevos.
- $\frac{1}{4}$ cuchara sopera de color amarillo huevo.
- 50 g de levadura de pasta si trabajan en clima caliente, y dupliquen esta cantidad si trabajan en clima frío.
- 20 g de sal.
- 1 $\frac{1}{4}$ de litro de agua hervida y fría.

Ingredientes para elaborar el relleno:

- 150 g de azúcar.
- $\frac{1}{4}$ kg de queso fresco rallado o molido.

Ingredientes para elaborar la pasta:

- ¼ kg de harina.
- 150 g de azúcar.
- 100 g de manteca vegetal.
- Una pizca de color amarillo huevo.
- Sabor vainilla o naranja.
- 10 g de royal o polvo para hornear.
- Medio cuarto de litro de agua hervida y fría.
- 2 huevos para untar los gusanos ya elaborados o brillapán.

F-C

Manos a la obra

Preparación de la masa

1. Primero laven sus manos con agua y jabón.
F-1
2. Coloquen la harina en el tablero o mesa junto con la levadura.
F-2
3. Formen una fuente con la harina y la levadura.
F-3
4. Agreguen en el centro de la fuente la manteca, el azúcar, los huevos, la sal y el color amarillo huevo.
F-4
5. Mezclen poco a poco todos los ingredientes.
F-5

6. Agreguen el agua poco a poco conforme se vaya necesitando.
F-6
7. Siguen tallando o amasando la masa hasta que se desprege de la mesa o tablero.
F-7
8. Formen una bola de masa.
F-8
9. Tapen la masa con la manta o servilleta limpia.
F-9
10. Dejen reposar la masa 15 minutos.
F-10
11. Dividan la bola de masa en 4 partes iguales.
F-11

12. Dividan cada una de las partes de la masa en 10 piezas iguales para tener 40 gusanos.
F-12
13. Boleen cada una de las 40 piezas hasta que la masa tenga una forma de bola y dejen reposarlas.
F-13
14. Coloquen el $\frac{1}{4}$ kg de harina en la mesa o tablero junto con el royal.
F-14
15. Abran una fuente.
F-15
16. Agreguen el azúcar, la manteca, el color amarillo huevo y el sabor que se prefiera.
F-16

17. Mezclen estos ingredientes y agreguen poco a poco el agua necesaria.
F-17
18. Incorporen y tallen la harina con los otros ingredientes hasta obtener una pasta suave y consistente.
F-18
19. Dividan esta pasta en 4 partes iguales.
F-19
20. Dividan cada una de las 4 partes en 10 piezas iguales para tener 40 porciones de pasta.
F-20
21. Coloquen una porción de pasta en las 40 piezas de masa en forma de tortilla chica.
F-21

Preparación del relleno

22. Mezclen el azúcar y el queso en un recipiente.

F-22

23. Engrasen una parte del tablero.

F-23

24. Engrasen las charolas.

F-24

Elaboración de los gusanos

25. Coloquen una pieza de masa sobre el tablero engrasado y extiendan la masa en forma ovalada o de memela.

F-25

26. Rallen la pasta de las piezas con la charrasca o cuchillo para darles forma de gusanos.

F-26

27. Volteen la pieza y coloquen el relleno en el centro.

F-27

28. Doblen las puntas de las piezas para envolver el relleno.

F-28

29. Coloquen las piezas con la pasta hacia arriba en las charolas engrasadas.

F-29

Horneado de los gusanos

30. Para hornear los gusanos se requiere una temperatura de 200° o calor fuerte en horno de tabique o calabacero.
31. Batan 2 huevos para barnizar los gusanos con ayuda de la brocha.
F-31
32. Barnicen las 40 piezas con el huevo batido y dejen reposar.
F-32

<p>Nota:</p>

<p>Si no cuentan con huevo, pueden barnizar con brillapán o espolvorear con azúcar.</p>

33. Coloquen la pala en la puerta del horno para meter las charolas.
F-33

34. Metan las charolas al lado contrario donde se prendió el horno.
F-34
35. Cierren la puerta del horno y dejen cocer el pan durante 10 minutos.
F-35
36. Revisen el pan a los 5 minutos, para ver si se está cociendo bien y giren las charolas para que se cueza parejo.
F-36
37. Saquen el pan cuando adquiriera un color café claro o esté bien cocido, déjenlo enfriar y acomódenlo en las charolas limpias.
F-37

Inviten a familiares y amigos a disfrutar estos sabrosos gusanos.

Reyes Tamez Guerra
Secretario de Educación Pública

Ramón de la Peña Manrique
Director General del INEA

Luz María Castro Mussot
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.