

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

Pan mestizo

53

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

Pan mestizo

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.

Pan mestizo

Utensilios:

- Horno de adobe.
- Casillero de panadería o tablas.
- Pala de madera.
- Escoba para barrer el horno.
- Mesa.
- Hojas o charolas.
- Lámina para raspar.
- Báscula o balanza.
- Cuchillo.
- Canasto.
- Recipiente.
- Naylon para envolver el pan en el canasto.
- 3 tercios de leña.
- Papel de estraza.

F-B

Ingredientes:

- 2 kg de harina.
- 300 g de azúcar.
- 100 g de manteca de puerco.
- Una pizca de levadura de barra.
- 2 huevos.
- 1 litro de agua.
- 1 pizca de carbonato.
- ½ taza de harina para preparar levadura.
- ½ taza de agua para preparar la levadura.
- 750g de harina.
- 125g de manteca.
- ¼ de litro de agua.
- 1 cucharada sopera de sal.
- 1 cucharada sopera de levadura de barra.
- 2 cucharadas soperas de levadura de harina.

F-C

Manos a la obra

Preparación de la levadura de harina

1. Antes de empezar a preparar el pan mestizo primero laven la mesa.
F-1
2. También laven sus manos con agua y jabón.
F-2
3. Coloquen $\frac{1}{2}$ taza de harina en un recipiente para preparar la levadura.
F-3
4. Agreguen $\frac{1}{2}$ litro de agua.
F-4
5. Batan los ingredientes para formar la levadura de harina.
F-5

6. Dejen reposar la masa 1 día si hace calor hasta que se agrie o fermente.
F-6

Nota:

Si hace frío dejen reposar 2 días la masa.

Esta levadura de harina la pueden utilizar en la preparación de otros panes.

Preparación de la masa de azúcar

7. Coloquen la harina en la mesa.
F-7
8. Agreguen una pizca de carbonato.
F-8
9. Añadan 300 gramos de azúcar.
F-9
10. Mezclen todos los ingredientes.
F-10
11. Formen una fuente.
F-11
12. Agreguen la levadura de harina.
F-12
13. Añadan 2 huevos.
F-13

14. Agreguen 100 gramos de manteca.

F-14

15. Añadan una pizca de levadura.

F-15

16. Batan los ingredientes para que la masa empiece a suavizarse.

F-16

17. Agreguen el agua poco a poco sin dejar de batir.

F-17

18. Batan hasta que la masa quede suave y despegue de la mesa.

F-18

19. Engrasen la masa.

F-19

20. Dejen reposar la masa 30 minutos aproximadamente.

F-20

Nota:

No deben tocar ni mover la masa porque se aplasta.

Preparación de la masa de sal

21. Vacíen la harina sobre la mesa.

F-21

22. Agreguen una cucharada sopera de sal.

F-22

23. Añadan la levadura de harina y la manteca.

F-23

24. Agreguen agua poco a poco hasta que la mezcla quede suave.

F-24

25. Mezclen y amasen todos los ingredientes.

F-25

26. Revuelvan o amasen hasta que la masa quede suave.

F-26

27.Unten manteca a la masa para que no se seque.

F-27

28.Dejen reposar la masa.

F-28

Preparación de las piezas de pan

29. Coloquen la masa de dulce en la mesa.

F-29

30. Corten la masa en pedazos grandes.

F-30

31. Alarguen sobre la mesa los pedazos de masa.

F-31

32. Unten manteca en las charolas.

F-32

33. Corten la masa en pedazos del tamaño del hueco de la mano.

F-33

34. Boleen las piezas de masa.

F-34

35. Coloquen las piezas en las charolas y engrásenlas con manteca.

F-35

36. Coloquen la masa de sal en la mesa.

F-36

37. Corten la masa en pedazos grandes y alárguenlos sobre el tablero.

F-37

38. Corten pedazos de masa del tamaño del hueco de la mano.

F-38

39. Formen tiras delgadas de 20 cm de largo aproximadamente.

F-39

40. Estiren también los pedazos de masa de azúcar.

F-40

41. Tomen una tira de sal y una tira de dulce.

F-41

42. Junten las 2 tiras de las puntas, y formen una trenza.

F-42

43. Junten las puntas formando una rosca.

F-43

44. Junten una pieza de sal y una pieza de azúcar y formen una trenza.

F-44

45. Formen una pieza en forma de caracol.

F-45

46. Coloquen las roscas en las charolas.

F-46

47. Coloquen los caracoles en las charolas.

F-47

48. Terminen de hacer todas las piezas de pan.

F-48

49. Dejen reposar el pan mestizo.

F-49

Preparación del horno

50. Barran el horno con la escoba.

F-50

51. Coloquen 1 tercio de leña acomodándola en forma de cuadro y apilada.

F-51

52. Agreguen viruta, cartón o papel para que la leña prenda mejor.

F-52

53. Enciendan el horno.

F-53

54. Extiendan las brasas para que el horno se caliente parejo, una vez que se quemó toda la leña.

F-54

Coloquen 2 o 3 tercios de leña de acuerdo al tamaño del horno para que caliente bien.

55.Mojen la escoba.

F-55

56.Barran y coloquen las brasas a un lado del horno para que esté limpio y se puedan colocar las charolas.

F-56

Horneado del pan

57. Metan las charolas al horno con la ayuda de la pala de madera y dejen cocer el pan durante 3 minutos.

F-57

58. Saquen las charolas del horno para revisar que el pan se esté cociendo bien.

F-58

59. Saquen las charolas del horno cuando el pan esté bien cocido.

F-59

60. Dejen enfriar el pan.

F-60

61. Coloquen o apilen las piezas de pan sobre la canasta.

F-61

Disfruten el pan mestizo con su familia, amigos y vecinos e invítenlos a que colaboren y aprendan a elaborar este exquisito pan que podrán vender a precios muy económicos.

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.