

*Colección... Saber más sobre...*

**Panadería económica**

*Pan de feria*

# Pan en forma de corazón

# 68

*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 en forma de corazón**

## 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.**

## **Utensilios:**

- Horno de tabique, adobe de barro o tepetate.
- Casillero de panadería o tablas.
- Artesa o recipiente de madera.
- Huacal o caja de madera.
- Espátula.
- Pala de madera.
- Báscula.
- Brocha.
- 2 ½ m de manta.
- Batidor.
- 2 ½ m de plástico.
- 4 pliegos de papel de estraza.
- 5 tabiques o barra tubular.
- Trapos para sacar las charolas del horno.
- Mesa.
- Barretero de trapo.
- Rodillo de madera.
- 10 trozos de leña.

- Hojas o charolas.
- Hoja de zapote blanco o fresno.
- Recipiente.
- Cubeta de lámina.

F-B

## **Ingredientes:**

- 10 kg de harina.
- 5 kg de azúcar.
- 1 ½ kg de manteca de cerdo o vegetal.
- 500 g de pasas.
- 2 ½ kg de huevo.
- 500 g de jalea de frutas.
- 200 g de levadura en pasta.
- 500 g de ajonjolí.
- 6 litros de agua y caliente.
- Colorante amarillo huevo.

F-C

# **Manos a la obra**

## **Preparación de la masa**

1. Laven sus manos con agua y jabón.  
F-1
2. Pongan a calentar el agua en una cubeta.  
F-2
3. Coloquen en la artesa la harina, el azúcar,  $1\frac{1}{4}$  kg de manteca y la levadura.  
F-3
4. Agreguen agua tibia y mezclen bien los ingredientes hasta desbaratar la levadura.  
F-4



5. Agreguen 2 kg de huevos y el agua caliente.

F-5

6. Batan todos los ingredientes hasta obtener una masa consistente.

F-6

7. Cubran la masa con una manta y dejen reposar durante 1 hora para que esponje.

F-7

## **Elaboración del pan**

8. Enharinen la mesa para que la masa no se pegue.

F-8

9. Aparten 2 kg de masa para formar los adornos de los panes.

F-9

10. Corten trozos de masa de 500 g cada uno.

F-10

11. Boleen sobre la mesa las piezas de masa.

F-11

12. Dejen reposar las piezas 20 minutos.

F-12

13. Calienten el horno hasta que se consuma la leña.  
F-13
14. Engrasen con manteca las hojas o charolas.  
F-14
15. Coloquen una pieza de masa en el tablero.  
F-15
16. Extiendan las piezas con el rodillo en forma redonda y del tamaño de la charola.  
F-16

## **Decoración del pan**

17. Corten con la espátula 2 cm de masa alrededor de la pieza.  
F-17
  
18. Denle forma de corazón a las piezas.  
F-18
  
19. Corten hilos delgados de 80 cm con la masa que separaron.  
F-19
  
20. Decoren los contornos de los corazones, formando espirales con los hilos de masa.  
F-20
  
21. Batan en un recipiente  $\frac{1}{2}$  kg de huevo hasta que la mezcla quede espumosa.  
F-21

22. Barnicen las piezas con el huevo batido con el apoyo de la brocha.

F-22

23. Agreguen el ajonjolí sobre las piezas.

F-23

24. Coloquen  $\frac{1}{2}$  kg de harina en la artesa.

F-24

25. Agreguen 50 g de manteca, una pizca de colorante y  $\frac{1}{2}$  litro de agua.

F-25

26. Revuelvan los ingredientes hasta que desaparezcan los grumos y obtengan una crema espesa.

F-26

27. Vacíen la crema en una bolsa de hule o plástico y hagan un orificio en una esquina.

F-27

28. Coloquen crema en el centro de cada pieza.

F-28

29. Corten la jalea en diferentes figuras.

F-29

30. Coloquen los trozos de jalea, las pasas y el ate en el centro del corazón.

F-30

## **Horneado de pan**

31. Hagan a un lado del horno las brasas y la ceniza, con la ayuda del barretero mojado.

F-31

32. Coloquen los tabiques o la barra tubular alrededor de las brasas.

F-32

33. Empiecen a meter las charolas al fondo del horno con la ayuda de la pala.

F-33

34. Cierren la puerta del horno y dejen cocer el pan durante 3 minutos.

F-34

35. Revisen el pan y, si adquirió un color café dejen cocer otros tres minutos con el horno abierto.

F-35

36. Saquen las charolas que tengan el pan más cocido en el orden en que se metieron al horno. Preferentemente las del centro que se cocen más rápido por ser la parte más caliente del horno.

F-36

37. Acomoden las charolas en las tablas.

F-37

38. Retiren el pan de las charolas y dejen enfriar 12 horas.

F-38



## Conservación del pan

39. Empaquen el pan en los huacales de madera, colocando primero una manta y un plástico en el fondo.

F-39

40. Después vayan alternando una capa de hoja de zapato blanco, el pan y el papel de estraza.

F-40

41. Al final hagan un nudo con la manta y el plástico para que el pan quede bien protegido.

F-41

El pan de feria en forma de corazón está listo para disfrutarse en compañía de la familia y para vender el excedente en cada festejo que se realicen en los pueblos cercanos.

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](mailto: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.