

*Colección... Saber más sobre...*

# **Panadería económica**

*Pan de pueblo*

## **Pan de elote**

# **52**

*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 de elote**

## 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 de elote**

### **Utensilios:**

- Horno de adobe o de material que tengan en la región.
- 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.
- 1 tercio de leña.
- Papel de estraza.

F-B

## **Ingredientes:**

- 2 kg de harina.
  - 300 g de azúcar.
  - 100 g de manteca de puerco.
  - 1 pizca de levadura de barra.
  - 2 huevos.
  - 1 litro de agua.
  - 1 pizca de carbonato.
  - ½ taza de harina para preparar la levadura.
  - ½ taza de agua para preparar la levadura.
- F-C

## **Ingredientes:**

- 750 g de harina.
- 125 g de manteca.
- $\frac{1}{4}$  de litro de agua.
- 1 cucharada sopera de sal.
- 1 cucharada sopera de levadura de barra.
- 2 cucharadas soperas de levadura de harina.

# **Manos a la obra**

## **Preparación de la levadura de harina**

1. Antes de empezar a preparar el pan de elote 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  $\frac{1}{2}$  taza de agua y amasen bien para hacer la levadura.

F-4



5. Dejen reposar la masa un día, si hace calor, hasta que se agrie o fermente.

F-5

**Nota:**

Si hace frío, dejen reposar dos días la masa.

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

## **Preparación de la masa**

6. Coloquen la harina en la mesa para preparar la masa.

F-6

7. Agreguen una pizca de carbonato.

F-7

8. Añadan 300 g de azúcar.

F-8

9. Mezclen todos los ingredientes.

F-9

10. Formen una fuente.

F-10

11. Agreguen la levadura de harina.

F-11

12. Añadan dos huevos.

F-12

13. Agreguen 100 g de manteca.

F-13

14. Añadan una pizca de levadura de barra.

F-14

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

F-15

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

F-16

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

F-17

18. Engrasen la masa.

F-18

19. Dejen reposar la masa 30 minutos aproximadamente.

F-19

**Nota:**

No deben tocar ni mover la masa mientras reposa porque se aplasta.

## **Preparación de la masa de sal**

20. Vacíen la harina sobre la mesa y formen una fuente.

F-20

21. Agreguen una cucharada sopera de sal y levadura de barra.

F-21

22. Añadan la levadura de harina.

F-22

23. Agreguen la manteca.

F-23

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

F-24

25. Amasen todos los ingredientes.

F-25

26. Revuelvan y amasen hasta que quede suave.

F-26

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

F-27

28. Dejen reposar la masa de sal hasta que la masa de dulce esté lista para empezar a elaborar el pan de elote.

F-28

## **Elaboración de las piezas de pan**

29. Coloquen la masa de dulce en la mesa.

F-29

30. Corten la masa de dulce en pedazos grandes.

F-30

31. Alarguen los pedazos de masa en la mesa.

F-31

32. Corten los pedazos de masa en piezas del tamaño del hueco de la mano.

F-32

33. Boleen las piezas de masa.

F-33

34. Engrasen las charolas.

F-34

35. Coloquen las piezas en las charolas y presionen con la mano para que se extiendan un poco.

F-35

36. Dejen reposar las piezas de masa de dulce.

F-36

37. Coloquen la masa de sal en la mesa.

F-37

38. Corten la masa en pedazos grandes.

F-38

39. Alarguen los pedazos de masa sobre la mesa.

F-39

40. Corten la masa de sal en porciones del tamaño del hueco de la mano.

F-40



41. Extiendan las piezas sobre la mesa procurando darles una forma ovalada.  
F-41
42. Aplanen con los dedos las piezas.  
F-42
43. Realicen cortes diagonales en las piezas con el cuchillo.  
F-43
44. Tomen las piezas de dulce y estírenlas 10 cm aproximadamente.  
F-44
45. Coloquen las piezas de dulce sobre las de sal.  
F-45
46. Enrollen las piezas cuidando que la masa de dulce quede bien cubierta.  
F-46

47. Engrasen las charolas con manteca.

F-47

48. Coloquen las piezas sobre las charolas.

F-48

49. Unten manteca a las piezas

F-49

50. Dejen reposar las piezas de pan.

F-50

## **Preparación del horno**

51. Barran el horno con la escoba.

F-51

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

F-52

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

F-53

54. Prendan el horno.

F-54

55. Dejen calentar el horno hasta que se consuma toda la leña.

F-55

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

F-56

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

57. Mojen la escoba para barrer las brasas a un lado del horno para que esté limpio y se puedan colocar las charolas.

F-57

## **Horneado del pan**

58. Metan las charolas al horno con la ayuda de la pala de madera y dejen cocer el pan unos segundos.

F-58

59. Saquen las charolas del horno y revisen el pan para que se hornee parejo.

F-59

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

F-60

61. Coloquen las charolas sobre las tablas para que se enfríe el pan.

F-61

62. Acomoden el pan.

F-62

Disfruten este delicioso Pan de Elote con su familia, amigos, compadres y vecinos y también compartan con ellos los procedimientos para hacerlo.

Pónganse de acuerdo entre los familiares y amigos para organizar la elaboración y venta de este exquisito pan en las rancherías más cercanas

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](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. Rehiletes.
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.