

Colección... Saber más sobre...
Panadería económica

Pan blanco

Teleras

1

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

Telera

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.

Organización del trabajo

Platiquen entre familiares, amigos, vecinos y compañeros de trabajo, acerca de la conveniencia de contar con una panadería económica con la participación de hombres, mujeres y jóvenes de la localidad.

En los materiales de apoyo a la capacitación que forman la *Colección Saber más sobre...* **Carpintería de banco y muebles para toda la casa**, encontrarán todos los pasos que se realizan para elaborar una mesa para el amasijo de panadería y un casillero para colocar el pan. Asimismo, en la *Colección Saber más sobre...* **Trabajos de albañilería** encontrarán la forma para hacer el horno de tabique para el pan.

Así que, por qué no intentan y se reparten las responsabilidades en pequeños equipos y pronto contarán con lo necesario para la nueva panadería.

Busquen la colaboración oficial para que reúnan fondos y compren los utensilios que sirven para trabajar y organizar un amasijo para hacer el pan por la mañana y por la tarde.

Pronto se darán cuenta que trabajando con mucho empeño, responsabilidad, cooperación y solidaridad estarán capacitados para desempeñarse como panaderos y panaderas en las localidades cercanas.

Organicen un fondo de recursos para que compren por junto los ingredientes que cada pan requiere y administren eficientemente todo lo que hayan comprado para que la producción de pan sea siempre de calidad y el que preparan para vender, siempre llegue a los mejores lugares para tener buen mercadeo.

Reciban un cálido abrazo de sus amigos del INEA

Teleras

Utensilios:

- Horno de tabique o calabacero.
- Casillero de panadería o tablas.
- 2 palotes de madera.
- Mesa o tablero.
- 2 palas o lengüetas.
- 2 paños o mantas para colocar las teleras.
- Canasto.
- Espátula de plástico.
- Espátula de lámina.
- Barredero
- Cubeta con agua.

F-B

Ingredientes:

- 2 kg de harina que rinde para 36 teleras.
- $\frac{1}{4}$ kg de harina para espolvorear en la mesa y en la tabla donde se coloquen las teleras.
- 20 g de sal.
- 60 g de azúcar.
- 30 g de levadura en pasta si se trabaja en clima caliente y dupliquen esta cantidad si se trabaja en clima frío.
- 1 litro de agua hervida y fría, y si el lugar es de clima frío, debe entibiarse un poco el agua.
- 50 g de manteca para engrasar las manos.

F-C

Manos a la obra

Preparación de la masa

1. Antes de empezar, revisen que todos los ingredientes y utensilios estén a la mano.
2. Laven sus manos con agua y jabón.
F-2
3. Coloquen la harina en el tablero.
F-3
4. Desbaraten la pasta de levadura en la harina, revuelvan y hagan una fuente.
F-4
5. Pesen el azúcar y la sal que le van a poner a la masa.
F-5

6. Agreguen el azúcar y la sal al centro de la fuente.

F-6

7. Agreguen un poco de agua.

F-7

8. Unten manteca en las manos para facilitar el trabajo con la masa.

F-8

9. Comiencen a bajar la harina al centro de la fuente.

F-9

10. Agreguen más agua al centro de la fuente conforme la masa lo vaya necesitando.

F-10

Nota:

Si el clima es frío pongan a entibiar el agua.

11. Amasen bien hasta que la masa quede lisa o tallada, o que se despegue de la mesa o del tablero.

F-11

12. Formen una bola con la masa.

F-12

13. Dejen reposar la masa una hora, y si hace frío dejen reposar la masa un poco más.

F-13

Elaboración de las teleras

14. Dividan la masa en 6 partes.

F-14

15. Dividan cada parte en 6 trozos para obtener las 36 teleras.

F-15

16. Froten sobre el tablero los pedazos de masa para darle una forma alargada.

F-16

17. Dejen reposar las piezas de 10 a 15 minutos.

F-17

18. Polveen el tablero para que no se peguen las bolitas de masa.

F-18

19. Presionen las orillas de las piezas con las manos para darles forma de telera.
F-19
20. Presionen dos veces con el palote sin romper la masa para formar tres gajos.
F-20
21. Enharinen las charolas o tablas.
F-21
22. Coloquen las teleras sobre las charolas o tablas con las marcas hacia abajo.
F-22
23. Dejen reposar las piezas 20 minutos, si se trabaja en clima frío, y un poco menos, si trabajan en clima caliente.
F-23

Horneado de las teleras

24. Para hornear las teleras se requiere una temperatura de 280° o calor fuerte en horno de tabique o calabacero.

25. Humedezcan el barretero con agua.
F-25

Nota:

El barretero se hace con un palo largo y con trapos limpios amarrados en la punta formando un mechudo.

26. Limpie el horno con el barretero para que no levante ceniza y no se ensucie el pan por la parte de abajo.
F-26

Para que la telera tenga suavidad, se recomienda colocar dentro del horno un bote con agua para que produzca vapor mientras se deja cocer el pan.

27. Volteen las piezas con las marcas hacia arriba para que inflen o esponjen bien las teleras.

F-27

28. Coloquen la pala en la puerta del horno y recárguenla en una silla o banco.

F-28

29. Metan la pala al lado izquierdo del horno. Después, ladeen hacia el lado derecho y suelten las piezas con un movimiento rápido para que no se peguen las teleras.

F-29

30. Dejen un espacio entre fila y fila para que las piezas queden al centro del horno.

Nota:

Para sacar el pan se meten 2 palas con las puntas unidas.

31. Cierren la puerta del horno.

32. Observen las teleras a los 5 minutos para ver cómo se van cociendo.

F-32

33. Saquen las teleras con las palas cuando ya estén cafecitas o de color dorado que indica que ya están bien cocidas.

F-33

34. Coloquen las teleras en un canasto.

F-34

Nota:

Han finalizado la elaboración de las teleras. Ahora a saborearlas en compañía de toda la familia, o para la comercialización de este pan tan solicitado y tan sabroso obteniendo ganancias económicas.

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. 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.