

RECETA, FÓRMULA y TÉCNICAS

Pan de Leche

- ☐ 12 Panes de 45 g de masa/6 panes de 90g.
- ☐ Temperatura ambiente 22.5°C - 27°C
- ☐ 52.5% de hidratación (Baja hidratación)

Resultado esperado

Este es un pan de miga suave y esponjosa debido a la combinación de leche, huevo y mantequilla y tiene un sabor dulce. La corteza es crocante por el azúcar. ***Es perfecto para comer durante una merienda acompañado con un vaso de leche. Los pequeños de la casa los aman recién salidos del horno, calentados 8 segundos en el microondas. Jesús (@lpainalafois) se los come untados con diablitos underwood. A Alexander (@hazpanencasa) le encanta comerlos con un buen queso fresco venezolano. Como más les guste, estamos seguros que cuando perciban el aroma proveniente del horno, la memoria los llevará de vuelta a su juventud en Venezuela.***



Origen

“Original del estado Táchira, este pan dulce parte de un fermento denominado “guarapo” o “talvina” (masa prefermentada), confeccionado con harina de trigo, panela y agua que, luego de mezclarse, se deja hasta el día siguiente.” (1)

Tips

- ☐ En panadería se utiliza la fórmula panadera que consiste en colocar todos los ingredientes en función de la harina, que representa el cien (100%) por ciento. De esta manera utilizando una regla de tres, se puede saber el peso de cada ingrediente y así producir la cantidad de panes requeridos, del peso que se desee; por ejemplo:

(1) Soy Panadero, un homenaje a los artesanos del pan en Venezuela

- Para preparar 12 panes de 45 gramos cada uno, obtendremos 540 gramos de masa total. Al sumar los porcentajes de cada uno de los ingredientes de nuestra fórmula panadera, obtendremos un porcentaje de 197%. De esos 540 gramos de masa total, el 100% serán de harina panadera, es decir, 274 gramos. De esos 274 gramos de harina panadera, requerimos 35% de agua, es decir, 96 gramos. Si continuamos utilizando la fórmula panadera, podremos calcular cuántos gramos se requiere de cada ingrediente para fabricar nuestros 12 panecillos de 45 gramos cada uno.
- ☐ Este pan utiliza el quince (15%) por ciento de mantequilla en relación a la harina, es por ello que se incorpora después de mezclar todos los ingredientes y después de la sal. Cuando la mantequilla supera el cinco (5%) por ciento, debe incorporarse al final del amasado y cuando la incorpore no se desespere, la masa se va a separar, así que siga amasando hasta que la masa ceda, absorba la mantequilla y quede tersa, flexible y suave.
- ☐ La harina panadera se caracteriza por la cantidad de proteínas que contiene. Recomendando que la harina que utilices contenga alrededor de doce (12%) por ciento de proteínas.
- ☐ Esta receta sigue el método directo de la panadería, que consiste en doce (12) pasos que van desde la preparación y pesado de los ingredientes, hasta el enfriamiento del pan. El método describe los pasos que se realizan para elaborar un pan el mismo día. Hemos notado que generalmente se consiguen las recetas pero no se explican las técnicas y métodos del panadero casero, esperamos cerrar un poco esta brecha y abonar en la dirección de que puedas elaborar panes en casa de muy alta calidad.
- ☐ Normalmente se realiza la decoración del pastón justo antes de meterlo en el horno. Como cada pastón va a tener una costra de azúcar, este paso se va a realizar antes de la fermentación final. Se cambia el orden para generar el

(1) Soy Panadero, un homenaje a los artesanos del pan en Venezuela

efecto de la costra de azúcar. Ahora vamos a ver los ingredientes para luego seguir el paso a paso del panadero.

Masa

Ingredientes para la masa

Ingrediente	Fórmula (%)	Peso
Harina panadera	100	274g
Agua	35	96g
Levadura instantánea	1	2,7g
Sal	1	2,7g
Huevos ligeramente batidos	20	55g
Mantequilla sin sal	15	41g
Azúcar	20	55g
Leche en polvo	5	14g
Total	197	540g

Paso a paso del panadero

Preparación de la masa

- ☐ Pesa todos los ingredientes y colocarlos en envases separados.
- ☐ Asegúrate de que cada ingrediente está bien pesado de acuerdo a la fórmula. Una falla en las medidas afecta significativamente el resultado.
- ☐ Coloca los utensilios que vas a utilizar durante el proceso al alcance de tu mano.

Mezcla y amasado

Primer ciclo de amasado

- ☐ Para la mezcla inicial reserva la mantequilla y la sal.
- ☐ En un envase mezcla la harina y la levadura instantánea.

(1) Soy Panadero, un homenaje a los artesanos del pan en Venezuela

- ☐ En otro envase mezcla el agua con la leche en polvo, el huevo y el azúcar hasta disolver.
- ☐ Crea un volcán con la mezcla de harina y levadura y coloca los líquidos en el centro del volcán.
- ☐ Integra los ingredientes hasta tener un amasijo. Amasa dos minutos, forma una bola y deja reposar por diez (10) minutos.
- ☐ Amasa la mezcla durante un (1) minuto y agrega la sal, amasa hasta que no sientas granos de sal en la masa, no más de dos (2) minutos. Forma una bola y colócala dentro de un envase cubierto durante diez (10) minutos.

Segundo ciclo de amasado

- ☐ Extiende la masa y coloca la mantequilla picada en cuadritos sobre la masa. Envuelve la mantequilla con la masa y comienza a amasarla para incorporar el nuevo ingrediente. La masa se va a separar durante esta etapa, es normal que esto suceda. Sigue amasando hasta incorporar dentro de la masa, se alcance una masa tersa y lisa. La mesa y tus manos deben quedar limpias luego del amasado.
- ☐ Forma una bola y deja reposar tapada con un envase durante diez (10) minutos.
- ☐ Realiza la prueba de la malla de gluten para verificar que ya se formó. Si todavía le falta, repite el ciclo de amasado de dos (2) minutos y reposos de diez (10) minutos, hasta superar la prueba de la malla de gluten.
- ☐ Realiza un preformado redondo, la masa queda lisa en la superficie.

Fermentación en bloque

La masa va a reposar durante dos (2) horas a una temperatura de entre 24°C y 27°C. El objetivo de la fermentación es que se desarrollen los sabores y texturas en la masa. La fermentación termina cuando se duplica el tamaño de la masa aproximadamente.

- ☐ Coloca la masa en un recipiente con una película de aceite vegetal y coloca un poquito de aceite sobre la masa y extiéndelo para mantenerla hidratada y no se pegue. Cubre la masa con una bolsa plástica y deje reposar por una (1) hora.
- ☐ Después de la primera hora se realiza la manipulación.

(1) Soy Panadero, un homenaje a los artesanos del pan en Venezuela

Manipulación

- ☐ La idea de la manipulación es igualar la temperatura de toda la masa y sacar los gases (desgasificar) para evitar que los gases generen un sabor ácido en la masa.
- ☐ Saca la masa del envase, extiende la masa sobre la mesa y desgasifica la masa presionando con la palma de la mano, sin dañar, ni romper.
- ☐ Realiza pliegues desde los extremos de la masa al centro, formando un moño en el centro.
- ☐ Voltee la masa y forme una bola, que quede lisa en la parte superior, coloca una película de aceite en el envase y coloca un poquito de aceite sobre la masa y extiendelo para mantenerla hidratada y no se pegue.
- ☐ Cubra la masa con una bolsa plástica y deje reposar por una (1) hora en un lugar fresco a una temperatura entre 24°C y 27°C.

División y pesado

- ☐ Saca la masa del recipiente tapado.
- ☐ Procede a pesar la masa total.
- ☐ Divide la masa en seis (6) o doce (12) porciones de igual peso, según tu preferencia.

Preformado

- ☐ A cada porción aplica un preformado redondo. Extiende la porción con el lado liso por debajo y desgasifica con la palma de la mano, realizando pliegues desde los bordes al centro para formar una bola de nuevo. Voltee la bola (el lado liso por arriba), bolear un poco sin generar mucha tensión y cubrirlas con una bolsa plástica.

Reposo en mesa (relajación de la masa)

- ☐ Deja reposar la masa sobre la mesa de trabajo, tapada por diez (10) minutos.

Formado

- ☐ **Bolea** la masa dejando la superficie lisa y suave, genera un poco de tensión sin exagerar. Cuando hay mucha tensión la masa se puede desgarrar (se rompen los alvéolos) cuando crece en el horno.

(1) Soy Panadero, un homenaje a los artesanos del pan en Venezuela

Barnices, coberturas y cortes

- ☐ Con un aspersor humedece cada pastón por todos lados y déjalo rodar en otro recipiente lleno de azúcar para crear la corteza de azúcar.
- ☐ Coloca todos los pastones en una bandeja engrasada de tres en tres separados medio centímetro uno de otro de cada lado. En la fermentación se pegarán y crecerán hacia arriba.

Fermentación final (maduración y retardo en nevera)

- ☐ Deje reposar los pastones con costra de azúcar, sin tapar, aproximadamente por una (1) hora en un lugar fresco, sin corrientes de aire, a una temperatura entre 24°C y 27°C o hasta que **supere la prueba de maduración con el dedo**.

Horneado

- ☐ Enciende el horno media hora antes de hornear a una temperatura de 180°C - 355°F. Si tiene un medidor de temperatura en el horno es mejor para conocer la temperatura real del horno.
- ☐ Coloca la bandeja en el medio del horno durante aproximadamente 15 a 25 minutos.
- ☐ Verifica el horno asegurándose que los panes se hornean de manera uniforme. Mueve la bandeja o dale vueltas si hace falta para lograr que se horneen uniformemente.
- ☐ Saca los panes del horno cuando tengan un color dorado a tu gusto.

Enfriamiento

- ☐ Al sacar los panes del horno, pásalos a una rejilla o tabla de madera, en un lugar cálido, queremos que se enfríen y evitar que se condense el aire, sino se genera una miga húmeda y definitivamente daña el resultado.
- ☐ Deja reposar, por lo menos, veinte (20) minutos. ¡Mucha paciencia! Ya están casi listas. Disfruta tu Pan de Leche!!!

(1) Soy Panadero, un homenaje a los artesanos del pan en Venezuela

Pan de Leche

Masa mejorada con Prefermento Pie Francés

Tips

- ☐ Planifica dos días para la preparación de esta versión del Pan de Leche.
 - ☐ Día 1: Preparación del prefermento Pie Francés
 - ☐ Día 2: Preparación de la masa del pan

Prefermento Pie Francés

Ingrediente	Fórmula (%)	Peso
Harina panadera	100	64g
Agua	65	42g
Levadura instantánea	1	0.6g
Sal	2	1.3g
Total	168%	108g

Masa

Harina panadera	100	210g
Agua	26	54g
Levadura instantánea	1	2.1g
Sal	0.7	1.5g
Huevos ligeramente batidos	26	55g
Mantequilla sin sal	20	41g
Azúcar	26	55g
Leche en polvo	7	14g
Prefermento Pie	51	108g
Total	257%	540g

(1) Soy Panadero, un homenaje a los artesanos del pan en Venezuela

Paso a paso del panadero

Preparación del prefermento Pie (Día 1)

- ☐ En un envase redondo de boca grande, agrega el agua de acuerdo a la fórmula.
- ☐ Incorpora ahora la levadura y mezcla hasta prácticamente disolver los granos de levadura instantánea en el agua.
- ☐ Agrega poco a poco la harina y ve disolviendo en la mezcla del paso anterior hasta formar una bola de masa.
- ☐ Deja reposar la masa 3 minutos.
- ☐ Incorpora la sal hasta que se mezcle totalmente con el resto de la masa.
- ☐ Coloca la masa en un envase transparente y haz una marca en el envase, indicando la altura inicial de la masa.
- ☐ Cubre el envase y deja reposar a temperatura ambiente (25 grados centígrados preferiblemente) durante 3 horas o hasta que la masa triplique su altura.
- ☐ Lleve su envase a la nevera y deje reposar durante 18 horas.

Preparación de la masa (Día 2)

- ☐ Ir a la [sección preparación de la masa](#)

Mezcla y amasado

Primer ciclo de amasado

- ☐ Para la mezcla inicial reserva el prefermento Pie, la mantequilla y la sal.
- ☐ En un envase mezcla la harina y la levadura instantánea.
- ☐ En otro envase mezcla el agua con la leche en polvo, el huevo y el azúcar hasta disolver.
- ☐ Cree un volcán con la mezcla de harina y levadura y coloque los líquidos en el centro del volcán.
- ☐ Integra los ingredientes hasta tener un amasijo. Amasa dos minutos hasta formar una bola. Deja reposar por diez (10) minutos.
- ☐ Amasa la mezcla durante un (1) minuto y agrega la sal. Amasa hasta que no sientas granos de sal en la masa, no más de dos (2) minutos. Forma una bola y colócala dentro de un envase cubierto durante diez (10) minutos.

(1) Soy Panadero, un homenaje a los artesanos del pan en Venezuela

- ☐ Amasa la mezcla durante un (1) minuto y agrega el prefermento Pie hasta integrar completamente en la masa. Amasa no más de dos (2) minutos. Forma una bola y deposítala dentro de un envase cubierto durante diez (10) minutos.
- ☐ De aquí en adelante, sigue los mismos pasos que se indican en la receta de pan de leche a partir del [segundo ciclo de amasado](#).

Referencias y enlaces

- Para la concepción de este pan, hemos utilizado como fuente de inspiración, las fórmulas del [Instituto Europeo del PAN](#), el [Grupo Academico Panadero y Pastelero de Venezuela](#), [@panadero_artesanal](#), [@taosbaker](#), [Chef Laszlo Gyomrey](#), Plaza's, [@elgatogolosoblog](#), [@consentidoenboca](#), [@steconstance](#)
- Este procedimiento ha sido escrito, validado y ajustado a 4 manos por :
 - Jesus Mendez([@lpainalafois](#)) y Alexander Ramírez ([@hazpanencasa](#))

Advertencia: Toda esta información se comparte con la ilusión de dar a conocer nuestras preparaciones con un enfoque casero. Este trabajo está en progreso y sabremos agradecer cualquier colaboración para mejorar, completar y/o complementar la información que aquí se presenta.

(1) Soy Panadero, un homenaje a los artesanos del pan en venezuela