

RECETA, FÓRMULA y TÉCNICAS

Pan Canilla

- ☐ Un Pan con 220 a 250g de masa.
- ☐ Entre 50% y 60% de hidratación.
- ☐ Contiene azúcar y grasa.

Resultado esperado

Este pan semi rústico de miga aligodonada, suave, esponjada, corteza dorada y quebradiza.

Utiliza azúcar para dar color y grasa para dar suavidad y elasticidad.

La Canilla es un Pan para acompañarlo con rellenos, por ello se ha hecho poco énfasis en desarrollar sabores y en darle una corteza suave para comer relleno.



Tips

Es un Pan que se realiza por método directo en un proceso de entre 2 a 3 horas.

Se hornea a media temperatura (200°C/395°F) por aproximadamente 20 a 25 minutos de los cuales los primeros 5 minutos se hornea con vapor.

No tiene fermentación inicial, por eso se denomina un Pan rápido y por ello, en general, no suele desarrollar mucho sabor.

Está cocido cuando alcanza entre 92°C a 95°C de temperatura interior.

Tradicionalmente en las panaderías por costo se utiliza manteca vegetal o aceite neutro. En general se puede hacer con cualquier tipo de grasa con ligeras diferencias en el resultado. Para un Pan más saludable recomendamos el uso de mantequilla.

Hay Panaderos que utilizan más grasa, hasta 10% e inclusive huevo entre 5% y 10% o leche entre 10% a 15%. La hidratación se debe ajustar en base a la presencia de ingredientes que tienen agua.

Si se enriquece la masa, la temperatura de horneado debe ser menor (180°C/355°F).

El nivel de hidratación es bajo, pero varía dependiendo del tipo de harina que utilices. Los rangos sugeridos son los siguientes:

Harina Todo Uso	Harina Panificable	Harina de fuerza
50%-53%	54%-57%	58%-60%

Hay que considerar que mientras más agua la corteza se hace más gruesa y para la Canilla se desea una corteza fina quebradiza.

La cantidad de levadura recomendada tiene que ver con la temperatura ambiente. Los rangos sugeridos son los siguientes:

Menos de 22°C	Entre 22°C y 28°C	Más de 28°C
1%	0,66%	0,33%

Los tiempos del proceso presentado son referenciales y se ajustan y adaptan a las condiciones ambientales.

Aunque no es lo usual, recomiendo al menos 6h de fermentación lenta en la nevera. Después de mezclar los ingredientes y obtener la malla de gluten, deja la masa fermentar una hora a temperatura ambiente y luego la metes en la nevera por al menos 6h. Luego de sacar de la nevera atemperar, divides, preformas y formas. La miga será distinta pero tendrás un Pan más saludable y con más sabor.

Hemos utilizado como fuente las fórmulas del IEPAN, @panadero_artesanal, @taosbaker, Laszlo Gyomrey, Plaza's, @elgatogolosoblog, @consentidoenboca, @steconstance, entre otros.

Masa

Ingredientes para la masa (2 unidades)

Ingrediente	Fórmula (%)	Peso
Harina panificable (12%)	100	300g
Agua	55	156g
Levadura instantánea	1	3g
Sal	2	6g
Azúcar	5	15g
Grasa	5	15g
Total	165	495g

Rangos referenciales

Ingrediente	Fórmula (%)
Harina panadera	100
Agua/Leche	50%-60%
Levadura instantánea	0,33%-1%
Sal	2%
Azúcar	0,5%-5%
Grasa	1%-5%
Huevo	5%-10%

Paso a paso panadero

Preparación

- Pesa todos los ingredientes y colócalos en envases separados.
- Asegúrate que cada ingrediente está bien pesado de acuerdo a la fórmula.
- Asegúrate que pesaste en la unidad gramos y descuenta el peso de los recipientes. Una falla en las medidas afecta significativamente el resultado.
- Coloca los utensilios que vas a utilizar a mano.

Mezcla y amasado manual

- Mezcla la harina con la levadura instantánea.
- Diluye el azúcar y la sal en el agua.
- Crea un volcán con la mezcla de harina y levadura.
- Coloca el agua en medio del volcán y los trozos de mantequilla en el medio.
- En el centro del volcán mezcla la harina con los líquidos hasta obtener un engrudo. Integra el resto de la harina haciendo presión.
- Con las dos manos sigue integrando todo hasta que la mesa y las manos estén limpias.
- Amasa por dos minutos y deja reposar la masa por 10 minutos.
- Después de los 10 minutos realiza sobados con el rodillo estirando y plegando la masa sobre sí misma unas 4 a 7 veces. La dejas reposar 10 minutos.
- Realiza la prueba del gluten, si todavía falta vuelve a sobar la masa y haces reposos de 10 minutos hasta que el gluten se desarrolle.
- Usualmente con una o dos tandas de sobado es suficiente.

División

- Divide la masa en dos porciones o de acuerdo a la cantidad de masa preparada.

Preformado

- Realiza un preformado redondo, boleando la masa.

Descanso en mesa

- Tapa cada bola y déjalas reposar 10 minutos o hasta que estén relajadas.

Formado

- Estira cada bola con el rodillo y formas un rectángulo.
- Haz un rollo y lo colocas en una bandeja engrasada.

Precalentar el horno

- Precalienta el horno a 220°C/430°F con un caldero en el piso del horno.

Maduración

- Deja los bastones reposar 1h aproximadamente o hasta que dupliquen. El tiempo varía en base a la temperatura del día. Puede ser más o menos.

Barnices, coberturas y cortes

- Coloca agua sobre cada pastón con un aspersor.
- Realiza los cortes en la dirección del pastón, el corte siguiente se solapa un poco con el anterior.
- No hagas los cortes de forma transversal.

Horneado

- Baja la temperatura del horno a 200°C/390°F.
- Introduce la bandeja en el horno.
- Coloca tres hielos en el caldero y cierra la puerta.
- Deja el vapor 5 minutos.
- Saca la fuente de vapor y baja la temperatura a 180°C-355°F.
- Deja el Pan 20 minutos más o hasta que estén bien dorados y con una temperatura interna de 93°C.

Enfriamiento

- Saca la bandeja y pasa el Pan a una rejilla. Déjalo enfriar al menos una (1) hora.

*Escrito por **Alexander Ramírez** ([@hazpanencasa](#)) para Amigos Panarras.*