

Pan Francés

- ☐ Un Pan con 90 a 110g de masa.
- ☐ Entre 50% y 60% de hidratación.
- ☐ Contiene azúcar y grasa.

Resultado esperado

Es un Pan semi rústico de miga algodonada, suave, esponjosa, con corteza marrón y quebradiza, ligeramente más suave que la de la Canilla.

Se utiliza azúcar para dar color y grasa para dar elasticidad y suavidad.

Para preparar Pan Francés en las Panaderías, es usual, que se utilice la misma masa de las [Canillas](#).



Origen

Es un Pan con formato pequeño común en toda Latinoamérica en Venezuela se le llama Pan Francés, Pan de a locha y con una ligera variación en la forma Pan de piquito. En Venezuela se suele hacer en las panaderías con la misma masa de las [Canillas](#) que contiene grasa y azúcar para darle más duración y color. Un formato similar [en México se conoce como Bolillo, Pan Francés, Birote o Pan Blanco](#), este puede o no tener grasa y no suele tener azúcar, te dejo una [reseña sobre el origen del Bolillo](#). En Vietnam un formato similar se conoce como [Bahn Mi](#) derivada de la Baguette que también puede hacerse con una mezcla de harina de trigo y de arroz. A nivel de los ingredientes no suelen tener grasa y se consiguen recetas con azúcar.

En el libro Soy Panadero nos indica lo siguiente: "Pan de a locha, también conocido como pan francés. Salado, de costra suave y alargado, pero en formato pequeño (aproximadamente 15 centímetros). Muy útil para preparar sándwiches o bocadillos.

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

Su denominación obedece al precio original por unidad, la antigua “locha” (12,5 céntimos de bolívar)”. (1)

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 cantidad de agua se debe ajustar en base a la presencia de ingredientes que aportan hidratación como la leche o la mantequilla.
- ☐ Si se enriquece la masa (se agrega huevo o leche), la temperatura de horneado de partida 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 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 6 horas 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.

- ☐ Puedes seguir el procedimiento resumido en la cuenta de [Instagram @hazpanencasa](#).

Masa

Ingredientes para la masa (6 unidades)

| Ingrediente | Fórmula (%) | Peso |
|--------------------------|-------------|------|
| Harina panificable (12%) | 100 | 380g |
| Agua | 50 | 190g |
| Levadura instantánea | 1 | 4g |
| Sal | 2 | 8g |
| Azúcar | 5 | 19g |
| Grasa | 5 | 19g |
| Total | 163 | 620g |

Rangos referenciales

| Ingrediente | Fórmula (%) |
|--------------------------|-------------|
| Harina panificable (12%) | 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 de haber pesado en la unidad gramos y de descontar el peso de los recipientes. Una falla en las medidas afecta significativamente el resultado.
- ☐ Coloca los utensilios que va a utilizar durante el proceso al alcance de la 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. Integre 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. Dejar reposar 10 minutos.
- ☐ Realiza la prueba del gluten, si todavía falta vuelva a sobar la masa y haga 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 seis porciones o de acuerdo a la cantidad de masa preparada.

Preformado

- ☐ Realiza un preformado redondo, boleando la masa.

Descanso en mesa

- ☐ Cubre cada bola. Deja reposar 10 minutos o hasta que estén relajadas.

Formado

- ☐ Estirar cada bola con el rodillo y forma un bollo de aproximadamente de 15 centímetros como en el [video](#).
- ☐ Coloca cada bollo 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 una (1) hora aproximadamente o hasta que se dupliquen en tamaño. 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 un solo corte en la dirección del pastón.

Horneado

- ☐ Reduce 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 en el horno durante cinco (5) minutos.
- ☐ Abre el horno y con cuidado deja escapar el vapor acumulado. Reduzca la temperatura del horno 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. Deje enfriar al menos una (1) hora.

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](#) y [Chef Laszlo Gyomrey](#).
- Este procedimiento ha sido escrito, validado y ajustado a 4 manos por :
 - Alexander Ramírez ([@hazpanencasa](#)) y Jesús Méndez([@lpainalafois](#))
- Pruebas de aseguramiento de calidad han sido realizadas en conjunto con:
 - Dunia Morales [@dunitasbakery](#)
 - Alba Cennerazzo [@farinaelievito](#)
 - Claudia Raga [@algosevaacocinar](#)

¿Te gustó esta receta? Corre la voz y comparte esta receta en tus redes sociales con la etiqueta #mapadepanesvenezolanos y etiqueta a @lpainalafois y @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.**

Versión 1.3 (30/05/2022)