

RECETA, FÓRMULA y TÉCNICAS

Pan Canilla

- ☐ Un Pan con 220g a 250g de masa.
- ☐ Una masa sobada 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.

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

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.



Origen

“Se le conoce como la versión tropicalizada de la baguette francesa, pero a diferencia de ésta, tiene una costra menos crujiente y una miga más suave. Es un pan salado, delgado y largo, muy popular. Su historia data de la década de los años ochenta del siglo pasado. Empezó a elaborarse en las panaderías venezolanas en la búsqueda de un pan de rápida cocción y a gusto del venezolano. Una de las diferencias entre la baguette y la canilla es su tiempo de hechura, el de la baguette es más largo. Otra diferencia tiene que ver con las características físicas: color, costra y textura de la miga. La canilla es de costra quebradiza y de tonalidades entre beige y marrón. La de la baguette es dorada y crujiente. La textura de la miga también es distinta: la de canilla es más densa y con alvéolos uniformes, mientras los de la baguette son irregulares. El nombre deriva del parecido con las “canillas”,

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

como llamamos en Venezuela a las piernas largas y delgadas de algunas personas.” (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 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 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.

Masa

Ingredientes para la masa (2 unidades)

Ingrediente	Fórmula (%)	Peso
Harina panificable (12%)	100	300g
Agua	55	165g
Levadura instantánea	1	3g
Sal	2	6g
Azúcar	5	15g
Grasa	5	15g
Total	165	504g

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 dos 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 formar un rectángulo.
- ☐ Enrolla la masa y coloca 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 pastones reposar una (1) hora a 90 minutos 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 los cortes en la dirección del pastón, el corte siguiente se solapa un poco con el anterior.
- ☐ Evita los cortes de forma transversal.

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](#), [Chef Laszlo Gyomrey](#), Plaza's, [@elgatogolosoblog](#), [@consentidoenboca](#), [@steconstance](#)
- Este procedimiento ha sido escrito, validado y ajustado a 4 manos por :
 - Alexander Ramírez ([@hazpanencasa](#)) y Jesús Méndez([@lpainalafois](#)).

¿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 1.1 (02/05/2022)