

PANADERÍA Y REPOSTERÍA COLOMBIANA TÉCNICAS Y PREPARACIONES BASE

VIGILADA MINEDUCACIÓN

COLECCIÓN MATERIAL DOCENTE HUMANIDADES





Luis Alfonso Loja Miño. Docente Unicom-facauca. Técnico en Cocina y Tecnólogo en Gastronomía con especialización en Alta Pastelería.

PANADERÍA Y REPOSTERÍA COLOMBIANA: TÉCNICAS Y PREPARACIONES BASE

LUIS ALFONSO LOJA MIÑO

Luis Alfonso Loja Miño
Panadería y Repostería Colombiana: Técnicas y preparaciones base
Popayán: Corporación Universitaria Comfaucauca - Unicomfaucauca.
Sello editorial Unicomfaucauca 2019.

111 páginas p. Texto.

Incluye referencias bibliográficas: página 111.
Información del autor en solapas.

I. Humanidades.

I. Luis Alfonso Loja Miño.

II. Sello editorial Unicomfaucauca.

ISBN 978-958-56791-8-4

Hecho el Depósito Legal que marca el decreto 460 de 1995.

© Corporación Universitaria Comfaucauca UNICOMFCAUCA, 2019

© Luis Alfonso Loja Miño, 2019.

ISBN: 978-958-56791-8-4

Primera edición en español.

Sello editorial Unicomfaucauca, noviembre, 2019.

Rectora: Isabel Ramírez Mejía.

Diseño de la Serie: Dirección de Investigaciones Unicomfaucauca

Diagramación: Centro de información y Comunicaciones Unicomfaucauca

Corrección de estilo: Centro de información y Comunicaciones Unicomfaucauca

Diseño de carátula: Centro de información y Comunicaciones Unicomfaucauca

Sello Editorial Unicomfaucauca.

Editor General de Publicaciones: Ricardo Adrián González Muñoz,

Director de Investigaciones Unicomfaucauca

Nombre de la Serie: Material docente Humanidades

Calle 4 # 8-30. Popayán, Colombia.

Teléfono: 57+(2) 8386000 Ext 148.

www.unicomfaucauca.edu.co

Texto financiado por la Corporación Universitaria Comfaucauca-UNICOMFCAUCA, en el marco de la convocatoria interna de Publicación de Material Docente, coordinada por la Dirección de Investigaciones

Reservados todos los derechos. No se permite reproducir, almacenar en sistemas de recuperación de información, ni transmitir alguna parte de esta publicación, cualquiera que sea el medio empleado: electrónico, mecánico, fotocopia, etc., sin permiso previo de los titulares de los derechos de la propiedad intelectual.

IMPRESO EN COLOMBIA

PRINTED IN COLOMBIA

Índice de Contenidos

	Pág
PRESENTACIÓN	9
RESEÑA HISTÓRICA	11
TÉCNICAS DE PASTELERÍA	16
Batidos livianos	17
Batidos pesados	25
Masas friables	29
Pasta choux o lionesa	36
Masas laminadas	44
Merengues y sus usos	54
Cremas básicas y rellenos	63
TÉCNICAS DE PANADERÍA	66
De la harina del trigo, el gluten y otros productos feculentos	67
La levadura y la fermentación en la panificación	72
Masas madres naturales y a base de levadura	76
Procesos de elaboración de un pan	79
PREPARACIONES DE PANADERÍA	83
Maquinaria e implementos	99
BIBLIOGRAFÍA	111



Presentación

La Corporación Universitaria Comfacauca - Unicomfacauca, cuenta con el programa académico de Tecnología en Gestión Gastronómica, que dentro de su currículo incluye la asignatura de Panadería y Pastelería, que ayuda a que los estudiantes aprendan las bases de esta, involucrando materias primas e insumos propios de la región, logrando una apropiación de la cultura gastronómica enfocada a los dulces y panes típicos del Cauca y Colombia.

Lastimosamente muchas de las recetas que se han identificado, han sido de transmisión oral y no escrita, por lo que el rescate de algunas ha sido difícil y otras tienen gran variedad de versiones. A parte de eso, se tiene poco conocimiento sobre los diferentes productos, insumos, frutas y especias que son usadas para elaborar algunas de estas recetas siendo esto de suma importancia para poder crear nuevas versiones o preparaciones; es esencial recordar que para desarrollar la creatividad hay que tener unas bases metodológicas y de conocimiento, es por este motivo que se buscó la creación de esta cartilla informativa, que no solo incluirá algunas de las preparaciones sino también el desarrollo de la técnica y el conocimiento del producto, así el lector podrá no solo poner en práctica las recetas, sino también crear unas nuevas acomodándolas a su gusto o a los productos que tenga a la mano.

De esta manera se buscara entonces crear un modelo de referencia no solo para los estudiantes sino también para todo aquel que esté interesado en el conocimiento de los dulces y los panes más representativos de Colombia y el Cauca y quiera desarrollar y crear nuevas propuestas, que enriquezcan la gastronomía de Colombia,

recordando que esta es una de las más variadas a nivel no solo de preparaciones sino de ingredientes, es por esto que dentro de esta cartilla se ha querido hacer mención a uno de los elementos más significativos que son los dulces y los productos de panificación y amasijos, preparaciones típicas que acompañan la mayoría de los momentos cotidianos, festejos o eventos sociales en donde la familia colombiana se reúne y comparte toda esa tradición oral transmitida de generación en generación y que hace parte del acervo gastronómico e identitario que se tiene como colombianos.

Cabe resaltar que esta cartilla nace no solo de la búsqueda, rescate e innovación de algunas de las preparaciones dulces y de panadería típicas de la gastronomía colombiana, sino también de la labor continua que los estudiantes de la Tecnología en Gestión Gastronómica realizan mediante su investigación, trabajo de campo y en cada uno de los talleres y laboratorios de clase que se desarrollan, logrando crear, transformar y exaltar estas preparaciones que hacen parte del repertorio gastronómico y como patrimonio cultural que identifica las tradiciones de Colombia.

Sumado a esto, la cartilla busca no solo dar a conocer innovadoras preparaciones, sino también el conocimiento de las técnicas las cuales estará paso a paso y con las que se van a elaborar cada una de las recetas al final planteadas y dando al lector no solo una idea del uso e implementación de estos ingredientes y preparaciones típicas, sino también el dar una base creativa que lo ayude a consolidar nuevas y diversas preparaciones.



Breve reseña histórica de la panadería y repostería en Colombia

La panadería y la repostería son oficios, que lleva miles de años siendo trabajados por el hombre, y que han logrado estar presentes en la evolución y transformación de la sociedad. Es a través de estos oficios, que se obtiene productos tales como panes, acemas, galletas, pasteles, biscochos, entre otros los cuales se han considerado sinónimo de alimento en muchas culturas y hace parte de la dieta, forma de expresión cultural y religiosa en muchos lugares del mundo.

Los productos de panadería y repostería en el momento de su preparación, tiene una gran variedad de técnicas de fabricación y una gama amplia de ingredientes que pueden ser utilizados, logrando hacer que la creatividad del obrador llegue a ser amplia, a parte es importante reconocer que muchos de estos son influenciados por culturas externas, tradiciones, la geografía, la religión entre otras características no solo culinarias sino también étnicas y de mestizaje que identifican a los pueblos, los cuales varían de un lugar a otro, dándole una condición propia y única.

Al día de hoy, las panaderías, pastelerías y reposterías hace parte de la identidad cultural de las sociedades, por lo que es muy común encontrar este tipo de establecimientos en los diferentes barrios, calles y avenidas de todas las ciudades de Colombia.

Pero a pesar de ser un sector tan importante dentro de las sociedades, porque no solo demuestra la tradición culinaria y gastronómica de una región, sino que también ayuda a la creación de puestos de trabajo, son pocos los conocimientos y escritos que daten sobre los mismos y que permitan ilustrar a fondo su desarrollo, historia y contexto dentro de Colombia.

Por tal motivo, el propósito de esta cartilla, se basó en determinar las características más relevantes del sector de la panadería y repostería de Colombia, que tipos de alimentos o materias primas son las más usadas, cuales son las técnicas de elaboración de estos y como han ido formando un mestizaje con las técnicas e ingredientes foráneos traídos por los españoles ya a eso del siglo XVI. Y es desde este momento que se tomara como punto de partida para empezar a hacer una breve exploración de como eran estas tradiciones gastronómicas antes, como fue el proceso de mestizaje y evolución hasta la época actual.

La gastronomía precolombina de los indígenas en Colombia, era una base muy nutrida de productos de caza, carbohidratos y cereales tales como la quinua, la yuca, ñame, papas, el maíz entre otros, hierbas aromáticas que usaban no solo para la realización de infusiones sino como medicina y la recolección de gran variedad de frutos silvestres, todo esto a expensas de la cosmovisión de cada comunidad indígena y su relación con la naturaleza y sus riquezas alimenticias.

Las técnicas de cocción y sus preparaciones variaban dependiendo de la región y de los implementos e ingredientes que en la zona se obtuviera, tal como pasa en la región amazónica, donde la técnica de ahumado es empleada principalmente en carnes de caza y algunos pescados, no solo como medio de aromatización sino también de conservación y que al final servían de ofrendas cuando se reunían con otras comunidades; otros métodos de cocción que se encuentran arraigados a las comunidades indígenas son los hervidos y el asado que terminaban siendo la base para la preparación de tubérculos, aromatizados con hierbas, las carnes previamente ahumadas y otra variedad de productos que se obtenían en medio de la recolección o los procesos de cacería. Cabe resaltar que la cocina era un acto propio de las mujeres de la comunidad, las cuales preparaban y servían los alimentos a sus maridos y a sus hijos.

Ahora bien cuando la mirada se dirige a la región caribe, donde los Zenues se caracterizaron por el uso de la sal como medio de saborización y conservación y que la alimentación que se daba era en base de maíz, yuca, entre otros carbohidratos los cuales se molían o se cocinaban para poder elaborar bollos, chicha o simplemente ser un acompañamiento de otros alimentos, que nutrían la dieta indígena. Es importante resaltar que estos grupos fueron uno de los primeros que comenzaron la elaboración

de amasijos a base de productos feculentos, que hoy en día siguen presentes en la dieta de los colombianos.

Finalmente y no menos importante la región Andina, la cual cuenta con un sistema montañoso amplio, una fuerte actividad volcánica que ha ayudado a generar suelos de alto potencial para el cultivo de frutas, hortalizas y gran variedad de tubérculos, diferentes microclimas y extensos sistemas lacustres como lo son la laguna de la Tota, Chingaza Guaquira, entre otros, humedales y paramos que hacen que sus sistemas hídricos sean unos de los más ricos en toda Colombia. Todos estos elementos hicieron que indígenas como los Chibchas, pudieran explorar diferentes pisos térmicos y suelos que les permitieron construir todo un sistema agrario en torno al maíz, la chugua, papas, arracacha, yuca, con el maíz preparaban chicha, bollos envueltos en hojas (bijao), mazamoras (zuque) y tortillas cocinadas o tostadas. Las hojas de coca eran muy requeridas pues las mascaban con frecuencia combinadas con polvo de cal en pequeños calabacillos, cuyos restos se han conservado en algunos yacimientos arqueológicos de la Mesa de los Santos¹.

Pasado el periódico prehispánico comienza la conquista y las primeras exploraciones al territorio colombiano a partir del siglo XVI por Alonso de Ojeda, creando un complejo intercambio cultural entre tres ejes principales que conforman y proporcionan la base de la cocina Colombia, conformado por los indígenas, afrodescendientes y colonos. Es en este momento donde los cambios de alimentación, costumbres y modo de vida comienzan a variar para estas tres partes, y donde los Españoles comienzan a importar gran variedad de productos alimenticios, animales entre otros, introduciendo elementos ajenos a las costumbres y preparaciones indígenas, tales como técnicas en la elaboración de quesos y embutidos, el trigo, los aceites y las cociones por medio de frituras, conservas en base de azúcares, confitería, productos de panificación y galletería que se comenzaron a realizar en los conventos de la nueva granada y a lo que se conoce como la gran cocina conventual de la que se derivan y perfeccionan gran variedad de los amasijos y panes que hoy en día conocemos, y todo este mestizaje se

¹Horacio Rodríguez P., Los Guanes, En: Temas Históricas, Medellín, Ed. Fondo de Cultura Cafetero, 1978, 6:1-39; Arturo C. Fuentes, "reseña de un sitio arqueológico en la Mesa de Los Santos, Santander, Bogotá", Boletín de Arqueología, FIAN Banco de la República, 1990, 4, 2: 33-49; Leonardo Moreno, Silvano Pabón, Aproximación etnohistórica de la etnia Chitarera: pobladores de sierras nevadas, Bogotá. VI Congreso de Antropología en Colombia. M.S.; H. Pinto, A. Acevedo, A. Pinto, Arte rupestre Guane en la Mesa de los Santos. 1994

debe en parte a la necesidad que tenían los españoles por consumir los productos propios, por lo que el cultivo de espigas de trigo se comenzó a dar en todo el territorio nacional, particularmente en la zona de Cundinamarca y Boyacá, ya que el frío ayudo a dar mejores condiciones físico químicas y organolépticas a la harina final, de ahí que en la dieta de los santafereños estuviera presente el pan como medio de acompañamiento no solo de comidas sino de eventos litúrgicos y ceremoniales, hasta el día hoy, que hace parte de la media tarde con tamal y chocolate endulzado con gelatina de papa. Además gracias a la ayuda de el francés Jean Baptiste Boussingault contratado por Simón Bolívar para trabajar en Colombia logro hacer una importante labor en el campo agrícola tecnificando la siembra de productos tales como la yuca, el maíz, el café, el cacao, la harina de trigo y algunas leguminosas en regiones del Cauca y Antioquia .

Devolviendo la mirada a la cocina conventual y el alto impacto que tuvo la introducción de la religión en las costumbres indígenas de América y en este caso en especial Colombia, se resaltara siempre el alto impacto que se dio en la gastronomía, ya que los monjes y monjas que dirigían estos lugares, comenzaron a centrar sus esfuerzos en buscar técnicas de elaboración de embutidos como chorizos, rellenas en base de arroz , hierbas aromáticas como las de azotea (poleo, cilantro, cimarrón, orégano, tomillo), quesos frescos (cuajada, costeño, campesino) e hilados (doble crema, pera, quesillo), dulces en base de las frutas tales como la guayaba que se endulzaba con la melaza de caña de azúcar, producto introducido por Pedro de Heredia que comenzó a cultivar esta planta en la región Caribe mas exactamente en Cartagena y Sebastián de Belalcázar en la región del Valle del Cauca y Cauca , gracias a estos dos pioneros que comenzaron a crear los primeros cañaduzales y trapiches en el país, es que hoy en día el sector azucarero en Colombia se ah consolidado como uno de los mas importantes y que mayor empleo generan, gracias a este elemento es que tenemos productos como la panela, que es la base para hacer y endulzar bebidas fermentadas y refrescantes, (guarapos, melaos para bebidas como el champus o lulada, o simplemente agua de panela fría o caliente mezclada con cítricos tales como el limón mandarino o la naranja), los azucares refinados y no refinados que son la base para elaborar dulces

en base de productos frutales como panelas de fruta (guanábana, piña, coco etc), frutas en conserva y desamargados, dulces de leche como manjarblanco, majarillo, dulce cortado, panelitas de leche, pasteles y otra gran variedad de preparaciones que a través de los años han logrado enriquecer la gastronomía de Colombia.

Hoy en día el área de la pastelería y la panadería han evolucionado de manera vertiginosa, gracias a los avances tecnológicos, la globalización y las facilidades que se tiene de obtención de materias primas para la elaboración de helados, nuevas técnicas de fabricación de origen europeo para fabricar panes y pasteles de alta calidad y complejidad, una mayor fijación en la estética y la armonía a la hora de emplatar o presentar un producto, ya que se comprendió de que no solo se come con el gusto sino que entra en juego los demás sentidos que hacen parte del ser humano, se crearon nuevas tendencias en base de postres con bajos contenidos de azúcar o sucedáneos de esta como la estevia, isomalt o sucralosa, para así incluir un sector que cada vez crece mas en Colombia de personas con problemas de obesidad o diabetes, se comenzó a tener mayor apropiación por los productos propios y el rescate de preparaciones ancestrales, llevando así la gastronomía dulce de Colombia a un nivel mucho mas alto, logrando posicionarse en diferentes eventos a nivel nacional e internacional, resaltando productos tales como el cacao. Es por este motivo que se pensó en la realización de una cartilla no solo que hablara sobre las técnicas y su implementación con los productos caucanos y de Colombia, sino que se busco también dar un aporte a la creatividad e innovación de nuevas preparaciones que logran ayudar no solo a estudiantes sino a personas del común, a apropiarse de las tradiciones y como estas día a día tienen que evolucionar sin perder ni olvidar su origen.

Luis Alfonso Loja Miño

TÉCNICAS DE PASTELERÍA

MASAS BASE, CREMAS Y RELLENOS

BATIDOS LIVIANOS

Al momento de pensar y elaborar un batido liviano, lo primero que se debe resaltar dentro de sus características físicas es la esponjosidad y maleabilidad que este debe tener, esto permite que el biscocho se pueda humedecer (genovesa) o se pueda enrollar (brazo gitano). Esta textura aireada se da a partir del batido inicial en el cual se busca la incorporación de pequeñas burbujas de aire que gracias a los huevos y en especial la albumina (clara de huevo) ayuda a que estas se mantengan encerradas y así al momento del horneado se expandan y produzcan el crecimiento del producto confiriéndole su estructura física. El leudado de este tipo de masas se caracteriza por ser siempre físico, aunque en algunos casos para aportar mayor esponjosidad se le puede adicionar leudantes químicos tales como polvo de hornear o bicarbonato de sodio.

Según la técnica de elaboración y los ingredientes empleados los batidos livianos se pueden dividir en 3 grupos, los cuales pueden ser en base de huevos enteros o separados

- Huevos enteros + azúcar (genoise o biscocho genovés)
- Huevos separados + azúcar (biscuit o bizcocho)
- Huevos enteros+ yemas + azúcar (biscuit joconde)

NOTA :

Dentro de la elaboración de los batidos livianos se puede adicionar una carga de un 8 a 10 % de materia grasa, la cual deberá estar fundida, esto le proveerá sabor, humedad y mayor conservación, pero se correrá el riesgo de tener pérdida de volumen y aire dentro del batido



SECUENCIA DE ELABORACIÓN

✓ Incorporación de aire:

Los batidos livianos surgen de la mezcla de huevos y azúcar los cuales se baten hasta llegar a doblar o triplicar su volumen, denominado punto letra o cinta. Este se puede elaborar sobre un baño maría caliente desde el inicio del batido o bien realizarlo todo en frío. Otra forma de realizar es separando yemas y claras, batiendo estas últimas con el azúcar hasta formar un merengue y luego se le agregan las yemas batidas.



✓ Incorporación de ingredientes secos

Ya realizado el aireado de los huevos, se deben adicionar los ingredientes secos, que ayudaran a darle la estructura a la preparación. La técnica que se deberá emplear para incorporar estos será de manera envolvente así se logra trabajar la mezcla evitando perder la menor cantidad de aire posibles. Los ingredientes tales como harinas, féculas, polvo de hornear, cacao, canela, etc. deben estar tamizados para evitar grumos o partículas duras dentro de la preparación. Es importante recordar que todo ingrediente seco se deben incorporar a la preparación en tres pasos para evitar demasiado peso sobre la mezcla. También se le puede adicionar polvo de almendras, nueces o coco rallado y además se puede retirar un porcentaje de harina y cambiar por fécula para obtener una preparación mas liviana.



✓ Incorporación de materias grasas

En algunas preparaciones se acostumbra agregar mantequilla o chocolate fundido pero sin sobrepasar los 28 °C. Estas aumentan la humedad del producto pero le restan esponjosidad. Generalmente se agregan al final junto con la última tanda de secos.

✓ Horneado

Inmediatamente después de terminar la incorporación de todos los ingredientes en el batido, rellenar en un molde abrigantado con grasa y enharinado, dependiendo el tamaño del molde elegido, los genoise se pueden llegar a hornear desde 160 a 180 °C y los piononos o biscuits entre 180 a 200°C.



Para 3 porciones



Preparación: 2 horas y 30 minutos

Imagen: el autor

Charlotte de arazá

Ingredientes:

Biscuit de soletilla

80 g de yemas de huevo
110 g de azúcar
110 g de claras de huevo
84 g de harina de trigo
60 g de fécula de maíz

Cre moso de arazá

350 ml de puré de arazá
150 g de azúcar blanca
12 g de gelatina sin sabor
60 ml de leche
300 g de crema de leche a punto chantilli

Montaje final

100 ml de brillo neutro para pastelería
150 g de frutas rojas (mora, fresa, cereza)
50 cm de cinta roja
c/n flores comestibles (pensamientos)

Biscuit de soletilla

Para el biscuit, se debe de batir las yemas junto con la mitad del azúcar hasta lograr una mezcla pálida y cremosa, a parte se deberá de elaborar un merengue francés (ver pág. 50) junto con las claras y el azúcar restante. Finalmente se debe mezclar la harina de trigo junto con la fécula de maíz, estas se deberán tamizar sobre la mezcla de yemas incorporando poco a poco hasta que la mezcla este homogea, luego se deberá añadir el merengue francés de forma envolvente, la masa se colocara en una manga con boquilla lisa, y sobre un tapete de silicona se deberá escudillar la mezcla dándole forma de bastones, separados por 1 cm cada uno. Se horneara a 160 °C por 15 minutos. Enfriar y reservar

Cre moso de arazá

Al momento de elaborar el cremoso de arazá, se deberá colocar la pulpa dentro de una olla, junto con el azúcar y llevarlo a cocción hasta 80 °C, luego se deberá enfriar y añadirle la gelatina sin sabor previamente hidratada en la leche, por ultimo se deberá ir incorporando a la mezcla de arazá la crema de leche a punto chantilli (ver pág. 60) colocar en aros de 5 cm de diámetro y ultracongelar hasta que estén firmes.

Montaje final

Con ayuda de un soplete se deberá calentar un poco el aro metálico para así poder desmoldar el cremoso. Luego se colocara los biscuit alrededor y se ajustara con la cinta . Por ultimo se abrintallará cada fruta con el brillo neutro y se ira disponiendo sobre el cremoso. Decorar con flores comestibles y un poco de azúcar glas.

Para 12 porciones



Preparación: 4:00 horas
Imagen: el autor

Opera de Quindío

Ingredientes:

Ganache:

200 g de crema de leche
220 g de chocolate al 53% Tayrona
40 g de mantequilla

Genoise de caucherina:

300 g de huevos enteros
150 g de azúcar blanca
35 g de mantequilla fundida
40 g de caucherina
170 g de harina de trigo

Crema de mantequilla y café:

200 g de mantequilla
100 g de azúcar glas
200 g de merengue suizo (90 g de claras * 180 g de azúcar) ver pág..
1 cucharada de agua caliente
5 g de café quindiano

Almíbar de carajillo:

80 ml de aguardiente anisado
250 ml de agua
50 g de café soluble quindiano
90 g de azúcar blanca

Ganache

Se debe trocear el chocolate y colocarlo dentro de un recipiente, a parte se calentará la crema de leche hasta llegar a los 80 °C, luego verter sobre el chocolate troceado, mezclar y adicionar la mantequilla. Tamizar la mezcla y dejarla reposar a temperatura ambiente por 12 horas.

Genoise de caucherina

Lo primero que se debe hacer es mezclar y tamizar la harina junto con la caucherina. A parte se colocaran en un bowl, los huevos enteros, junto con el azúcar, llevar a baño maría e ir espumando con ayuda de una batidora manual. Cuando hayan triplicado su volumen, se deberá retirar de la fuente de calor y seguir batiendo hasta bajar la temperatura, finalmente se añadirá la mantequilla fundida y los secos en tres tandas y de forma envolvente, extender sobre una lata con tapete de silicona y hornear a 200 °C por 16 minutos. Enfriar y porcionar en rectángulos de 12cm x 18 cm.

Crema de mantequilla y café

En una batidora de pedestal y con batidor de globo, se deberá colocar la mantequilla junto con el azúcar glas, y proceder a batir la mezcla hasta que quede de un color pálido y de textura cremosa, luego se deberá adicionar el merengue suizo y por ultimo el café previamente disuelto en una cucharada de agua caliente, continuar el batido hasta obtener una crema sedosa y homogénea, llevar a manga y reservar.

Almíbar de café

En una olla colocar el agua junto con el azúcar y llevarla a cocción hasta que alcance los 95 °C, bajar del fuego y de inmediato proceder a adicionar el café, dejar que se infusione por 5 minutos, tamizar, enfriar y añadir por ultimo el aguardiente. Reservar.

Opera de Quindío

Ingredientes:

Glaseado espejo:

240 g de crema de leche
300 g de agua
250 g de azúcar
90 g de cacao
30 g de leche en polvo
60 ml de agua
12 g de gelatina

Glaseado espejo

En una olla colocar todo los ingredientes a excepción de la gelatina sin sabor, llevarlos a fuego y dejar que hierva por 3 minutos. Luego bajar y añadir la gelatina hidratada , con ayuda de un túrmix emulsionar la mezcla, por ultimo se deberá tamizar y llevar a enfriar en nevera. (nota: al momento de usarlo el glaseado deberá estar a 30 °C)

Armado:

Laminas de chocolate

Armado

Para el armado, se deberá disponer de un molde rectangular en forma de marco o que su base sea hueca, luego se deberá colocar sobre un tapete de silicona y se comenzara el ensamble colocando primero una base de genoise de caucherina, este se deberá de humedecer ligeramente con el almíbar de carajillo, luego se colocara una capa de la crema de café y se terminara con una capa de ganache. Repetir este procedimiento nuevamente y sellar el molde con una capa de genoise. Enfriar por 6 horas en la nevera, luego con ayuda de un soplete calentar el molde y retirar el marco. Finalizar el postre con el glaseado espejo y con un cuchillo caliente recortar los bordes para que se vean las capas. Decorar con laminas de chocolate y servir.

Datos curiosos:

***Caucherina:** maíz tostado, que se muele varias veces hasta lograr una harina muy fina que se mezcla con azúcar o panela . Sirve también para elaborar bebidas.*

***El café en Colombia:** introducido durante la Nueva Granada hacia 1730 y que se extendió por todo el territorio de Colombia, se caracteriza por ser 100% arábico, con alta acidez, de aroma pronunciado, un perfil sensorial y aromático de grandes cualidades.*

BATIDOS PESADOS

Los batidos pesados son todas aquellas masas a las que se le denomina de tipo cake o pastel en donde la intervención de la mantequilla u otro medio graso es de suma importancia para darle la textura final, humedad y sabor. Además de eso, por considerarse un producto con alto contenido en grasa, harina y huevos, es supremamente importante la adición de un medio leudante preferiblemente químico que ayude a darle esponjosidad como lo es el polvo de hornear o el bicarbonato, este se deberá adicionar a los productos secos y su cantidad debe ser entre un 1 a 2% y si la mezcla resulta muy pesada puede llegar a adicionársele hasta un 3%.

Dentro de la clasificación de batidos pesados se encuentran preparaciones como:

- ♦ Budines
- ♦ Ponqués
- ♦ Muffins y cupcake
- ♦ Brownies (a pesar de que no lleven ningún agente leudante, se los considera dentro de esta clasificación como batido pesado)

A parte de lo anteriormente mencionado, se tiene que tener en cuenta que siempre los azúcares deben de disolverse primero en la materia grasa, por lo que al realizar un batido pesado siempre es importante comenzar con un cremado de estos dos, hasta conseguir una mezcla untuosa.



Nota: si se desea se puede adicionar a la mezcla sucedáneos del azúcar, tal como glucosa, mieles o jarabes , algunos de estos mejoraran sus características organolépticas tal como sabor , aroma y color y a parte de esto ayudaran a darle mas humedad y se conserven por mas tiempo

SECUENCIA DE ELABORACIÓN

Para la elaboración de un batido pesado se puede realizar por dos métodos los cuales se dividen por emulsión o adición de la materia grasa en forma líquida o fundida.

Es importante recordar que el término de emulsión hace referencia a la incorporación y homogenización de dos ingredientes que por sus características no pueden llegar a agruparse o unificarse, es por eso que para este método siempre la mantequilla o la materia grasa debe estar a temperatura ambiente, y se le deberá adicionar primero el azúcar o el medio edulcorante, para luego proceder a incorporar los huevos, la leche o el líquido que se requiera para llevar a cabo la preparación, y por último se adicionarán los elementos secos junto con el agente leudante que en este caso debe ser de tipo químico, aunque pueden llegar a haber excepciones en donde se requieren masas mucho más livianas y al momento de hacer la emulsión no se agregan los huevos enteros sino solamente la yema, para al final dejar la clara montada a punto nieve y añadirla a la mezcla de forma envolvente, algunos ejemplos claros son la torta María Luisa de la región de Antioquia, el ponqué envinado o la mantecada de Boyacá.

A diferencia del método por emulsión, el método por materia grasa líquida o fundida, consiste en mezclar siempre los elementos líquidos tales como leche, huevos, agua, junto con los elementos secos, para luego adicionar las grasas fundidas tales como aceites, mantequillas clarificadas, chocolates (recordar que este producto tiene un contenido de grasa alto el cual es aportado por la manteca de cacao). Algunos de los ejemplos más claros es la elaboración de muffins, cupcake, o brownies.

Recordar que los métodos planteados son solo una guía, hay diferentes tipos de preparaciones y cada una conlleva su trabajo y técnica



Para 12 porciones



Preparación: 2 horas

Imagen: el autor

Ponqué envinado

Ingredientes:

100 g de vino tinto dulce
80 g de ciruelas
30 g de pasas
125 g de mantequilla
125 g de azúcar
10 g de ralladura de naranja
5 g de ralladura de limón
50 ml de zumo de limón y naranja
1 cdita cdu Clavos, canela, nuez moscada
150 g de huevos enteros
50 g de coco deshidratado
125 g de harina
20 g de cocoa
4 g de polvo de hornear
Quemado de panela
Color caramelo
50 g de brevas picadas y enharinada
50 g de nuez y enharinada
50 g de ciruelas picadas y enharinada
50 g de pasas y enharinada

Para comenzar la elaboración del ponqué, lo primero que se debe hacer es mezclar la harina de trigo junto con la cocoa y el polvo de hornear, se deberá tamizar y reservar.

A parte se licuara el vino tinto dulce junto con las ciruelas y las uvas pasas. La mezcla se reservara en la nevera por 3 horas.

Por ultimo se hará el cremado de la mantequilla junto con el azúcar y la ralladura de los cítricos (naranja y limón), cuando la mezcla este untuosa y de un tono pálido, se le deberá adicionar los zumos de limón y naranja junto con el coco deshidratado, la mezcla de las ciruelas y las pasas licuadas junto con el vino (tener en cuenta que la mezcla podrá tornarse como cortada después de haber integrado los ingredientes anteriores), se deberá ir adicionando poco a poco los secos previamente tamizados hasta lograr homogenizar la preparación. Lo ultimo que se le deberá agregar a la mezcla es la fruta (brevas, nuez, ciruelas y pasas) junto con el quemado de panela y el color caramelo. Colocar en un molde previamente enharinado y abrigantado con mantequilla y hornear a 170 °C por 45 minutos.

Antes de desmoldar se debe dejar reposar 20 minutos, de esta manera se evitara que se rompa o dañe el ponqué.

Se puede decorar con fondant o merengue suizo (ver pág. 50)

MASAS FRIABLES

Se denominan masas friables a todas aquellas que después de horneadas su característica principal es tener una estructura quebradiza o demasiado crocante, las materias primas básicas que se utilizan son la mantequilla, la harina o algún elemento feculento, huevos y dependiendo de la preparación un bajo o alto contenido de azúcares.



Para obtener esta característica anteriormente mencionadas es importante no exceder en el amasado, la razón esta en que la harina de trigo contiene un alto grado de proteínas (gluten) las cuales al ser hidratadas con agua u otro medio que tenga un alto contenido de humedad forman redes muy elásticas y compactas. El amasado logra que estas cadenas aumenten dado a la fricción y a las acciones exotérmicas (calor) que se producen logrando al final una masa demasiado elástica que a la hora de estirar y querer moldear se deformara.

A parte de esta característica, la mayoría de las masas de este tipo tiene un elevado porcentaje de grasas (mantequilla) y dependiendo de la cantidad de mantequilla la masa al final lograra ser menos o mas friable.



Nota: se puede remplazar un 30% de la harina total, por otro producto como harina de almendras, almidón de achira o cacao en polvo.

Una vez hecha la masa se puede guardar en refrigeración por 1 semana o en congelador por 6 meses como máximo.

SECUENCIA DE ELABORACIÓN

Para la elaboración de este tipo de masas existen dos técnicas básicas, y una tercera que sirve para la integración de los elementos húmedos a los secos.

Sablage: La técnica de sablage tiene la función de impermeabilizar y envolver las partículas de harina con la materia grasa que se llegue a usar, antes de unificarse con el medio líquido. Es importante tener en cuenta que la materia grasa debe estar a una temperatura de 4 a 6°C. De esta manera el frío ayudara a evitar la activación total del gluten y permitirá una mejor unificación de los ingredientes. Por medio de esta técnica se pueden elaborar masas de quiches o tartas saladas y tartas medianamente dulces (30% de azúcar como máximo) en donde se emplea poca cantidad de azúcar. Esta diferencia en el empleo del azúcar se debe a que para que la masa quede friable el azúcar debe quedar bien hidratada. Cuando la cantidad empleada del edulcorante es alta, el método sablage no permite una buena hidratación de la misma entonces se aconseja emplear azúcar impalpable.



Cremage o por emulsión: La técnica de cremage busca al igual que la anterior el poder impermeabilizar la harina, emulsionando primero la mantequilla la cual debe estar a temperatura ambiente (24°C) junto con el medio edulcorante, cuando la mezcla tome una consistencia cremosa se le añadirán los ingredientes líquidos y por ultimo los ingredientes secos. Esto va a permitir cubrir al máximo las partículas de harina logrando disolver el edulcorante en la mantequilla primero, de esta manera la masa quedara mas lisa y a la hora del horneado será mas friable. Esta técnica se emplea en masas con alto contenido de azúcares y grasas, ya que permite una buena disolución del azúcar como se menciono anteriormente. Mediante esta técnica no solo se puede hacer masas para tartas dulces sino también para la elaboración de productos de galletería.

Fresage: El fresado es una técnica muy parecida a la que se usa en la elaboración de amasijos en Colombia llamado resobado. En la que se busca la unificación de la masa junto con el medio líquido y así queden homogéneas y sin grumos. La única recomendación es que no debe de trabajar esta técnica por un largo periodo de tiempo ya que un exceso de trabajo hará que se corra el riesgo de formar el gluten o cadenas elásticas en la masa y final se deformara en el horneado y darán una textura en boca diferente.

TIPOS DE MASA Y METODOS DE COCCION

Sablee: La masa sablée se emplea como base de tartas, quiches, tartaletas y galletas. Es una masa medianamente dulce. Debe tener un porcentaje de grasa del 50%, o un poco menos, por esta razón tiene menos friabilidad y debe trabajarse mediante el método de sableado para aumentar esta característica. Tiene una conservación óptima y duradera. En cuanto a la cantidad de azúcar que debe usarse en este tipo de masas, se recomienda que ésta no sobrepase el 30%. En caso de superar esta proporción se recomienda emplear azúcar impalpable o utilizar la técnica del cremage. La técnica empleada va a variar de acuerdo a la cantidad de azúcar y grasa que se emplee: a mayor cantidad de estos ingredientes, se recomienda la técnica del cremage y a menor cantidad de estos dos ingredientes es óptimo el uso de la técnica sablage.

Sucree : Se denominan así a las masas quebradas empleadas para realizar petits fours secos, tartas dulces y algunas variedades de galletas. Es una masa muy rica por la gran cantidad de azúcar y grasa que tiene en su composición, lo cual hace de ella una masa con mucha crocancia y mayor friabilidad. Con un contenido mínimo entre el 35% y el 40% de azúcar, estas masas suelen tener, luego de ser horneadas, una mayor coloración, consistencia y fuerza, debido a que el azúcar comienza un proceso de caramelización que cristaliza una vez que se enfría. La masa cocida tiene mejor conservación que la masa cruda, pues por el alto contenido en azúcar absorbe demasiada humedad. Éste tipo de masas suelen elaborarse mediante el método de cremage o cremado que facilita su trabajo de hidratación del azúcar, o bien con el método sablage si el azúcar común se reemplaza por azúcar impalpable.

Brisse: La masa brisée, tiene un porcentaje mínimo de grasa del 50%. Por ser neutra, puede ser utilizada en preparaciones altamente dulces o saladas. Contiene una mínima cantidad de azúcar o puede carecer completamente de ella. Por su composición, la masa tiende a formar puntos de oxidación, por lo que es recomendable utilizar jugo de limón o vinagre para controlarlo. Es una masa de gran conservación tanto cruda como cocida por la poca cantidad de huevo. Para su elaboración se emplea la técnica del sablage dado que carece de la presencia de azúcar.

Cocción de las masas:

A blanco: se trata de una precocción por 10 a 15 minutos a 180° con un papel de aluminio y algún tipo de peso que pueden ser arroz o legumbres secas como frijoles o garbanzos. Pasado este tiempo y cuando los bordes de la masa estén dorados se retira el aluminio y comprueba que la base está todavía blanca. En ese momento se coloca el relleno y se vuelve a llevar al horno para terminar de cocinar. Este método se utiliza cuando el relleno de la masa necesita tener algún tipo de cocción y su composición es cruda y demasiado líquida, como lo es un quiche que tiene un relleno en base de crema de leche y huevos.

Completa: se cocina a 180° hasta cocer por completo, igualmente los primeros minutos se cocina con el aluminio y el peso para evitar que se baje la masa, luego se termina de cocinar por completo ya que el relleno que llevara esta masa será un relleno que no necesitará volver al horno.

Para 12 porciones



Preparación: 2:30 horas
Imagen: el autor

TARTA DE MANZANA DE AGUA Y HELADO DE KUMIS PATIANO

Ingredientes:

Pâte sucrée:

*360 g de mantequilla
280 g azúcar glas
100 g harina de almendras
3 und huevos A
2 g de sal
724 g de harina de trigo*

Crema pastelera

*6 yemas de huevo
110 g de azúcar
50 g de fécula de maíz
550 g de leche
27 g de mantequilla*

compota de manzana:

*15 und de manzanas de agua
80 ml de agua
3 g de esencia de vainilla
100 g de azúcar blanca
5 ml de zumo de limón*

Pâte sucrée

En un bowl colocar la mantequilla junto con el azúcar glas, la sal y 200 g de harina de trigo, llevar a batidora hasta que la mezcla este pálida y untuosa, luego adicionar de golpe la harina de almendras y el resto de la harina de trigo, cuando la mezcla se haya unificado se irán colocando poco a poco los huevos y con la batidora a velocidad media baja se los ira integrando. Luego colocar la masa en una mesa y proceder a realizar el fresado a la masa (ver pág. 26) , es importante llevar la masa a refrigeración de esta manera la grasa se estabilizara y al momento de estirarla y darle forma a la tarta esta no se deformara.

Crema pastelera

En un recipiente hondo colocar el azúcar, junto con la fécula de maíz y el azúcar, con ayuda de un batidor de globo cremar todos los ingredientes hasta obtener una mezcla espesa y de un color pálido. A parte calentar la leche hasta que llegue a punto de ebullición, para luego adicionarla a la mezcla de yemas, revolver y llevar nuevamente a fuego hasta lograr una consistencia espesa y lo mas importante que no sepa a fécula cruda, cuando la mezcla este lista, adicionar la mantequilla para dar brillo, tamizar la preparación, tapar con un papel film el cual debe quedar en contacto con la crema, refrigerar toda la noche, antes de usar batir un poco y colocar en una manga pastelera sin boquilla.

compota de manzana

Pelar las manzanas de agua, rallarlas y colocarlas en un bowl, añadirles el azúcar, el zumo de limón , la vainilla y el agua, llevar a cocción por 15 minutos a fuego bajo, hasta lograr que tenga la consistencia de una mermelada. Después de terminada la cocción la mezcla se deberá enfriar y refrigerar.

Ingredientes:

Laminas de manzana encurtida

*500 ml de agua
180 g de azúcar blanca
15 ml de zumo de limón
5 und de manzanas rojas*

Armado:

*300 g de Pâte sucrée
700 g de crema pastelera
300 g de compota de manzanas
c/n laminas de manzana encurtida*

Helado de kumis patiano:

*800 g de kumis patiano
250 g de azúcar blanca
30 g de glucosa o miel de abejas
80 ml de agua
c/n esencia de vainilla (es opcional)*

Laminas de manzana encurtida

En una olla colocar el agua junto con el azúcar y llevar a ebullición por 5 minutos, después apartar de la fuente de calor, adicionar el zumo de limón y enfriar inmediatamente.

A parte se cortaran las manzanas a la mitad, se les retirara las semillas y con ayuda de una mandolina se comenzara a laminar, teniendo en cuenta que las laminas deben de ser colocadas dentro del jarabe hecho anteriormente así se evitara el pardeamiento, después de que se hallan laminado todas las manzanas, se las deberá escurrir, secar y usar de inmediato como decoración para la tarta.

Armado

Sobre un tapete de silicona previamente enharinado, se deberá estirar la masa con ayuda de un rodillo, la pâte sucrée deberá quedar de 5mm de espesor, cortarla y armarla dentro de un aro metálico, el cual estará sobre una lata de hornear recubierta con un tapete de silicona, lo que facilitara el horneado y su posterior desmolde, luego perfilar y recortar los bordes con ayuda de un cuchillo, terminar rellenando con la crema pastelera y llevar a hornear a 180 °C por 45 minutos o hasta que la masa este dorada, retirar del horno, dejar reposar 15 minutos, retirar del aro, colocar sobre otro tapete de silicona y terminar de cubrir con la compota de manzanas de agua, decorar con las laminas de manzana y llevar nuevamente a horno por 15 minutos a 165 °C, servir acompañada del helado de kumis.

Helado de kumis patiano

En una olla colocar el azúcar junto con la glucosa y el agua, llevar a fuego hasta que todos los ingredientes estén unificados, proceder a enfriar la mezcla y adicionarla al kumis patiano, batir y enfriar la mezcla por 12 horas, luego colocar en la maquina para helados, turbinar hasta que este espesa. colocarla dentro de un recipiente de acero inoxidable y llevar a ultrancongelador por 20 minutos, luego colocar papel vinipel y congelar hasta el momento de su utilización.

PASTA CHOUX O LIONESA

Este tipo de masa nace a partir del siglo XVI, gracias a uno de los pasteleros de la reina Catalina de Médicis quien elaboraba una torta que se llamaba pâte à chaud, y que mas tarde tomaría el nombre de pâte à choux en referencia a los repollos de Bruselas. Esta es una preparación básica de la cocina clásica francesa, y que se puede emplear para productos salados como dulces, a diferencia de las demás masas esta para su elaboración debe de tener una doble cocción, en donde primero se busca unificar el medio liquido (agua, leche) junto con la grasa (mantequilla), para luego de golpe añadir la harina de trigo e hidratar el almidón de esta, por ultimo se aligerara con la incorporación de huevos enteros. La masa se coloca en manga o con ayuda de dos cucharas se dará forma a los choux sobre una lata, se llevaran a hornear o freir, de esta manera pasara a la segunda cocción. Hay que tener en cuenta que esta mezcla al tener una importante cantidad de huevos, estos comenzaran a coagularse a partir de los 70°C, formando una corteza que contendrá el vapor que se creara gracias al medio liquido de hidratación el cual se menciono anteriormente, este vapor al intentar escaparse hará presión en el interior de la masa provocando que quede hueco siendo esta una de las características mas importantes y lo que permite rellenarla, pasado un tiempo este vapor escapara y formara unas grietas en la masa, pero ya para este momento los huevos habrán coagulado junto con el almidón de la harina logrando así mantener la estructura intacta. Dentro de la cocina Caucana encontramos las clásicas repollitas las cuales están rellenas con una natilla de vainilla y que se venden en la mayoría de puestos de dulces como el clásico “mecatico caucano”.



SECUENCIA DE ELABORACIÓN

Primera cocción:

Se debe de colocar el agua o leche junto con la mantequilla troceada, la sal y el azúcar, estas se llevaran a ebullición o hasta que la mantequilla se halla fundido luego se debe agregar la harina de golpe, y mezclar hasta formar una masa homogénea y lisa que despegara de las paredes de la olla, esta deberá volver a fuego y cocinar por un minuto para así retirar cualquier exceso de humedad. Es importante dejar enfriar la masa antes de adicionar los huevos, ya que sino se corre el riesgo de una coagulación temprana



Incorporación de los huevos

A la masa ya fría se le adicionaran los huevos uno a uno. (tener en cuenta que al hacer esto la masa perderá su homogeneidad y parecerá cortada pero a medida que se revuelve la masa absorbe la humedad del huevo y comenzara a quedar lisa. Tener en cuenta de pesar muy bien la materia prima en especial los huevos ya que incorporar un poco mas de este ingrediente hará que la masa no sirva para hornear y este error no se puede solucionar. El punto de la masa se controla tomando un poco esta con el dedo índice y al abrir los dedos de golpe la masa podrá tomar estas tres características:

- A) se corta fácilmente lo que significa que le falta humedad
- B) si se cae de los dedos o queda muy gomosa es que le sobra humedad
- C) si forma un hilo elástico y semi compacto la masa estará en el punto justo.



Segunda Cocción (Estibado y Horneado)

Si se va a hornear, la lata debe estar abrillantada con mantequilla o aceite y si se pudiese enfriar ayudaría a mejorar la formación de la masa, si se desea también se puede florear con harina la lata, pero tener en cuenta que si se excede la harina formara una capa gruesa que dificultara la tarea de estibado. Una vez realizada las formas deseadas se deben abrillantar con huevo y Hornear a 190 °C por 10 minutos inicialmente de esta manera las piezas se inflaran rápidamente y luego se debe de bajar la temperatura a 175°C hasta que se terminan de cocinar por dentro. (nota: si se desea se puede rociar con agua las piezas antes de llevar al horno y así se creara mas vapor que al final ayudara a inflar la masa y que quede mas hueca)



Para 12 porciones



Preparación: 4 horas 30 minutos

Imagen: el autor

Repollas con crema de gulupa

Ingredientes:

Craquelein:

180 g de azúcar morena pulverizada
130 g de harina de trigo
30 g de harina de almendra
90 g de mantequilla

Masa choux:

120 g de harina
250 ml de agua
100 g de mantequilla
3 g de sal
8 g de azúcar
200 g de huevo

Cremoso de Gulupa:

500 g de crema de leche
180 g de leche condensada
170 g de chocolate blanco
10 g de gelatina sin sabor
240 ml de pulpa de gulupa pasteurizada

Montaje:

c/n Láminas de chocolate
c/n Flores de azúcar

Craquelein

En un recipiente hondo, se deberá colocar todos los ingredientes secos previamente tamizados y por ultimo se deberá añadir la mantequilla, se procederá a hacer un sableado (ver pág. 26) luego se unificara y se extenderá sobre papel parafinado dejándolo lo mas delgado posible (1 mm aproximadamente), una vez estirada la masa se deberá enfriar pro 2 horas y luego cortar pequeños círculos los cuales se dispondrán sobre cada uno de los choux.

Masa choux

Colocar en una olla el agua junto con la mantequilla, el azúcar y la sal, llevar a ebullición hasta que la mantequilla quede disuelta, es en este momento que se deberá añadir de golpe la harina de trigo y de inmediato mezclar vigorosamente hasta que el almidón se haya hidratado y forme una masa la cual deberá despegarse de las paredes de la olla, esta masa se deberá pasar a un bowl frio y se le ira añadiendo poco a poco los huevos hasta lograr una masa lisa (ver pág. 32 - 33). Colocar la masa dentro de una manga con boquilla lisa, y sobre una placa abrigantada con mantequilla se armara pequeños repollos, se rociaran con un poco de agua, se les colocara encima el craquelein y se llevaran a hornear a 180 °C por 35 minutos o hasta que estén dorados. Retirar del horno y dejar enfriar.

Cremoso de Gulupa

Colocar la crema de leche junto con la leche condensada y llevar a 85 °C, luego añadirle la gulupa y chocolate blanco, mezclar y tamizar la preparación, añadir la gelatina hidratada y dejar enfriar por 12 horas en nevera. Luego proceder a batir hasta alcanzar el punto de chantillí y colocar en una manga con boquilla risada. reservar

Montaje

Partir las choux una vez horneadas a la mitad, rellenar con la crema de gulupa, tapar con la otra mitad de la choux, colocar una lamina de chocolate, terminar con un poco mas de la crema de gulupa y decorar con una flor de azúcar.

Para 10 porciones



Preparación: 3 horas 45 minutos

Imagen: el autor

Rosca de guayaba

Ingredientes:

Craquelein de chocolate

180 g de azúcar morena licuada
120 g de harina de trigo
30 g de cocoa
30 g de harina de almendra
87 g de mantequilla

Masa choux:

120 g de harina
250 ml de agua
100 g de mantequilla
3 g de sal
8 g de azúcar
200 g de huevo

Crema diplomata de guayaba:

6 yemas de huevo
110 g de azúcar
50 g de fécula de maíz
500 g de leche
27 g de mantequilla
200 g de pulpa de guayaba
300 g de crema de leche fría

Craquelein de chocolate

En un recipiente hondo, se deberá colocar todos los ingredientes secos previamente tamizados y por último se deberá añadir la mantequilla, se procederá a hacer un sableado (ver pág. 26) luego se unificará y se extenderá sobre papel parafinado dejándolo lo más delgado posible (1 mm aproximadamente), una vez estirada la masa se deberá enfriar por 2 horas y luego cortar pequeños círculos los cuales se dispondrán sobre cada uno de los choux.

Masa choux

Colocar en una olla el agua junto con la mantequilla, el azúcar y la sal, llevar a ebullición hasta que la mantequilla quede disuelta, en este momento que se deberá añadir de golpe la harina de trigo y de inmediato mezclar vigorosamente hasta que el almidón se haya hidratado y forme una masa la cual deberá despegarse de las paredes de la olla, esta masa se deberá pasar a un bowl frío y se le irá añadiendo poco a poco los huevos hasta lograr una masa lisa (ver pág. 32-33). Colocar la masa dentro de una manga con boquilla lisa, y sobre una placa abrigada con mantequilla se armará rosca de 5cm de diámetro, se rocíaran con un poco de agua, se les colocara encima el craquelein y se llevaran a hornear a 180 °C por 35 minutos o hasta que estén dorados. Retirar del horno y dejar enfriar.

Crema diplomata de guayaba

En un bowl colocar el azúcar junto con la fécula de maíz y las yemas de huevo, batir hasta empalidecer la mezcla y este cremosa. A parte calentar la leche junto con la pulpa de guayaba hasta llegar al punto de ebullición, adicionar a la mezcla de yemas para atemperar (ver pág. 59) y devolver todo a la olla y cocinar nuevamente hasta que este espesa y se vea el fondo. Apartar del fuego, colocarle la mantequilla para que le de brillo y luego colocar un papel film a contacto y refrigerar por 6 horas. Pasado este tiempo batir nuevamente la mezcla de guayaba, y a parte batir la crema de leche a punto chantillí (ver pág. 60) unificar las dos mezclas de forma envolvente (es recomendable ir adicionando poco a poco la chantillí a la mezcla de la pastelera de guayaba, de esa manera no se perderá el aire que se le incorporo)

Ingredientes:

Montaje:

Flores de azúcar

800 g diplomata de guayaba

12 und de rosas de choux

300 g de mermelada de guayaba

100 g de azúcar glas

Montaje

Las rosas se deberán cortar un cuchillo de sierra a la mitad y se rellenaran con la mermelada de guayaba, luego colocar la crema diplomata en una manga con boquilla risada y terminar de rellenar cada rosca, terminar cubriendo con la otra tapa de masa choux, decorar con azúcar glas y flores comestibles.

MASAS LAMINADAS

Las masas laminadas son todas aquellas que están formadas por numerosas capas de masa (amasijo) y materia grasa (empaste) que tienen que ser del mismo grosor de esta manera se lograra formar finas capas de masa separadas por grasa, que al final en el horneado logra productos muy crocantes. Durante la cocción el agua que contiene el amasijo comenzara a evaporarse y al estar impermeabilizado por las capas que forman el empaste que se fundirán poco a poco por el calor, logra impulsar las hojas de la masa y al final dan mayor volumen y el característico diseño en forma de acordeón producido por el proceso de hojaldrado que se vera en la siguiente pagina. Recordar que al ser un producto con un alto contenido graso este antes de hornearlo se debe enfriar, así no se deformara y tendrá una textura mas delicada y crocante. Alguno ejemplos de el uso de esta masa en la cocina colombiana son los pasteles Gloria de Antioquia o los aplanchados típicos de Popayán.

A parte de el hojaldrado existen otro tipo de masas que se consideran laminadas ya que se forman por finas laminas de masa intercaladas por mantequilla clarificada, que lograra al final crear el mismo efecto que el hojaldrado, un claro ejemplo de estos son el strudel de manzana de origen austriaco o el baklava Turco



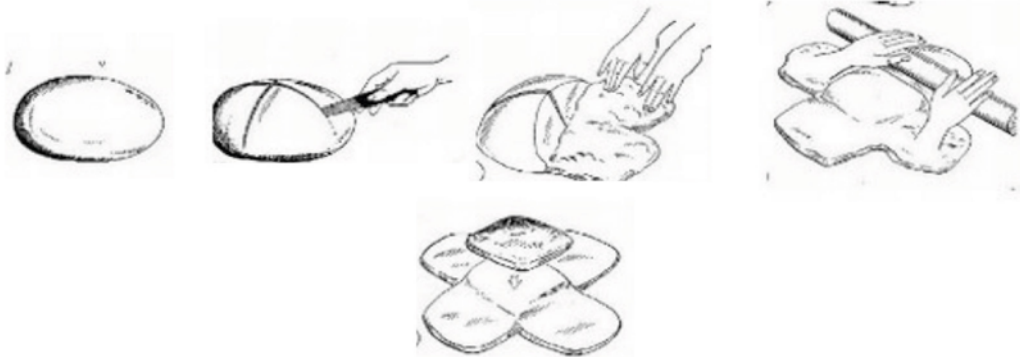
Nota:

El hojaldrado crudo se puede conservar en refrigeración por un periodo máximo de 3 días ya que con el paso del tiempo la masa se oxidara y tomara un tono marrón y en el congelador por un periodo de 3 meses empacado al vacío o en recipientes hermético.

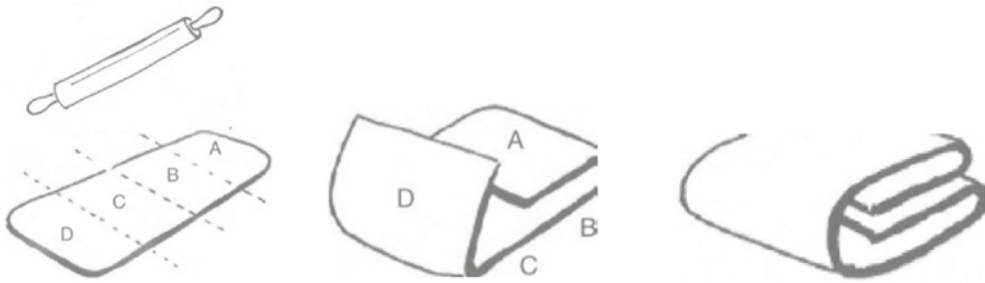
SECUENCIA DE ELABORACIÓN

El proceso de elaboración de una masa laminada tipo hojaldre debe comenzar con la realización del amasijo el cual debe quedar homogéneo, ya que si queda con grumos, al momento de estirarlo puede llegar a romperse, hay que tener en cuenta que es importante que no se le debe de activar por completo el gluten, ya que si esto sucediera, al momento de darle forma a la masa esta llegaría a ser retráctil y no daría la forma deseada, para evitar esto muchas de las preparaciones de esta base (amasijo) siempre llevan un ácido acético o ascórbico que inhiba la actividad del gluten y evitan la oxidación. Al final es importante dejar reposar la masa en nevera antes de comenzarla a trabajar.

Después de eso se debe estirar la masa de 5 mm de grosor y colocar en el centro la segunda parte del hojaldre denominado empaste, luego proceder a envolverlo y sellar todos los bordes para que así la mantequilla al estirarlo no se pueda salir. Terminar haciendo un rectángulo y dejarlo reposar 30 min en nevera



La segunda parte del proceso de hojaldrado es comenzar a realizar una serie de pliegues (dobles y sencillos) que ayudaran a formar las diferentes capas del hojaldre, para esto se debe estirar un poco mas la masa y dividirla imaginariamente en cuatro partes iguales que se deberán recogerlas sobre si misma. A continuación se explicara la técnica de elaboración de un doble doble.



Después de cada dobles se deberá de llevar 30 minutos a frio, así el empaste tendrá una buena temperatura para estirlo y el gluten estará menos inactivo.

Luego se volverá a estirar el empaste en forma de rectángulo, teniendo en cuenta que el cierre o pliegue de unión siempre debe quedar a la derecha de la persona que esta elaborando la masa. Para realizar el pliegue se deberá dividir de forma imaginaria la masa en tres partes y se deberá llevar una parte hasta la mitad y sobre esta recoger el resto de la masa, como lo muestra la siguiente imagen.



Volver a proceder llevando la masa a la nevera, y repetir cada uno de los dobleces dos veces mas. De esta manera se tendrá una importante cantidad de hojas o laminas que al final terminaran en un hojaldre mucho mas crocante.

Cocción:

Se deberá comenzar a cocinar a 215°C para piezas que no estén rebosadas en azúcar y luego se deberá bajar la temperatura a 170°C para terminar la cocción. Para piezas rebosadas en azúcar como los corazones de hojaldre o los chicharrones con bocadillo es recomendable una cocción a 170 °C verificando la base que no se vaya a caramelizar de mas y así provocar sabores amargos en el producto final.

Para 8 porciones



Preparación: 12 horas para el hojaldre y 3:00 horas
para la milhoja
Imagen: el autor

Milhoja de maní y chilacuan

Ingredientes:

Masa hojaldre:

Detrempe:

185 g de mantequilla pomada

900 g de harina de trigo

15 g de sal

25 g de azúcar

400 ml de agua

50 ml de vinagre

Beurrege:

500 g de mantequilla

Masa hojaldre

Detrempe: en el contenedor de una mojadora colocar la harina tamizada junto con el azúcar y la sal, luego ir adicionando poco a poco el agua junto con el vinagre, cuando la harina se haya hidratado completamente, se le colocara poco a poco la mantequilla pomada. Seguir el proceso de mezclado por dos minutos mas y luego llevar la masa sobre una mesa para completar le proceso de integración de los ingredientes, cuando la masa este lisa y sin grumos, se deberá envolver en papel vinipel y se dejara reposar por 30 minutos.

Pasado este tiempo se deberá estirar la masa formando un rectángulo y se colocara en el centro el beurrege, luego se doblara y se sellaran todos los bordes (ver pág. 40-41), finalmente se comenzara a estirar y hacer los dobleces, para así ir creando las capas del hojaldre, recordar que la masa debe reposar en nevera 30 minutos cada vez que se la estire y se proceda a hacer los dobleces.

Nota: la masa de hojaldre se puede llegar a saborizar con productos como cocoa o pastas de fruta concentradas.

Nota 2: También es importante recordar que si se desea remplazar la mantequilla se lo puede hacer con grasas vegetales como la margarina o la vitina, estas permitirán elaborar un hojaldre mas fácil y rápido gracias a que su punto de fusión es mucho mas alto y permite trabajarlas mas tiempo sin que se llegue a derretir o deformar.

Milhoja de maní y chilacuan

Ingredientes:

Cremoso de maní confitado:

*500 g de crema de leche
10 g de gelatina sin sabor
50 ml de leche
70 g de azúcar
25 g de yemas de huevo*

*200 g de maní tostado
180 g de azúcar blanca
5 g de sal
10 g de glucosa
50 ml de agua
5 ml de esencia de vainilla*

Cremoso de maní confitado

En una olla colocar la crema de leche junto con el azúcar hasta alcanzar los 75 °C, a parte hidratar la gelatina en la leche teniendo cuidado de que no vayan a quedar grumos; por ultimo batir las yemas de huevo, e irles adicionando poco a poco la crema de leche caliente, de esta manera se lograra atemperar, luego devolver la mezcla a la olla y adicionarle la gelatina sin sabor previamente hidratada, esta mezcla ya con todos los ingredientes no podrá sobrepasar los 83 °C ya que podría llegar a sobrecoagularse la yema y por lo tanto la mezcla se vería cortada. Cuando la mezcla este lista y haya alcanzado la temperatura ideal, se deberá bajar del fuego y llevar sobre un baño maría invertido (con hielo en la base) de esta manera se bajara la temperatura mucho mas rápido, la mezcla se colocara en un recipiente hermético para poderla llevar a refrigeración por espacio de 6 horas como mínimo, pasado ese tiempo se colocara en un bowl y se llevara a emulsionar con ayuda de una batidora manual o de pedestal hasta que logre tener una textura cremosa y firme.

A parte en una olla colocar el azúcar, junto con el agua y la glucosa y llevar a fugo hasta lograr que se caramelize (160 °C), al momento de realizar este procedimiento, se recomienda siempre limpiar los bordes internos de la olla con ayuda de un pincel húmedo para que de esta manera el azúcar que queda pegado a los bordes no se cristalice y al final malogre toda la preparación. Cuando la mezcla haya alcanzado un tono ámbar y tenga la temperatura ideal, se deberá adicionar el maní, la esencia de vainilla y la sal, mezclar rápidamente y colocar la mezcla sobre un tapete de silicona hasta que el caramelo este firme. Luego se deberá trocear y colocar dentro de una thermomix primero triturando la mezcla y luego colocándole calor para lograr extraer nuevamente los aceites del maní y se vuelva una pasta, la cual se agregara poco a poco a la mezcla de la crema de leche que se elabora anteriormente, cuando la mezcla este homogénea se deberá refrigerar hasta el momento de

Ingredientes:

Montaje

1 kg de hojaldre

800 g de cremoso de maní

200 g de chilacuan en conserva

c/n flores comestibles

100 g de mix de frutos rojos

3 und de obleas

80 g de azúcar glas

Montaje

Para las planchas de hojaldre: el hojaldre se deberá estirar con ayuda de un rodillo hasta lograr 5 mm de espesor, pinchar con ayuda de un tenedor para que no infle y cortar rectángulos de 15 cm por 20 cm, luego florear cada lado del hojaldre con azúcar glas, llevar a hornear a 175 °C sobre una placa de horno cubierto con papel parafinado, pasados 15 minutos se deberá girar las placas de hojaldre para que el horneado y el dorado de la masa sea parejo, cocinar 15 minutos mas o hasta que estén dorados y crocantes, retirar del horno y dejar enfriar.

Para el montaje: disponer la plancha de hojaldre sobre un plato y con ayuda de una manga ir colocando el cremoso de maní y trozos de chilacuan, llevar a congelación por 10 minutos, luego retirar y colocar nuevamente una capa de hojaldre, una de crema, trozos de chilacuan y terminar con una ultima capa del hojaldre. Enfriar por 30 minutos.

Para finalizar: florear azúcar glas por la parte superior de la milhoja, decorar con los frutos rojos, las flores comestibles y trozos de oblea . Con el hojaldre restante se deberá trocear finamente y disponerlo por los bordes del pastel para culminar la preparación,

Para 12 porciones



Preparación: 2:00 horas
Imagen: el autor

Strudel de dulce de coco y sorbete de mortiño

Ingredientes:

Masa Strudel:

380 g de harina de trigo
155 ml de agua tibia (35 °C)
100 g de huevos enteros
3 g de sal
10 g de azúcar blanca
80 g de fécula de maíz para estirar la masa.

Masa Strudel

En un bowl colocar la harina de trigo tamizada junto con la sal y el azúcar, luego en el centro se deberá hacer un orificio en donde se depositara el agua tibia (27 °C) y los huevos, se deberá ir integrando los secos a los húmedos de forma progresiva hasta lograr una masa lisa, homogénea y sin grumos. Es importante que después de haber elaborado la masa, esta deberá trabajarse con las manos por 5 min (amasado) para activar el gluten por medio de trabajo mecánico, de esta manera la masa será mucho mas elástica. Cuando la masa tenga la textura adecuada, se tapara con un paño húmedo y se dejara descansar por 30 minutos.

El armado del strudel, se deberá hacer colocando sobre la mesa de trabajo un lienzo floreado con fécula de maíz, sobre este se deberá estirar la masa con ayuda de un rodillo y cuando logre quedar una masa delgada y con la textura de una seda, se la deberá de abrillantar con mantequilla, miga de pan y colocar en uno de los extremos el dulce de coco, con la ayuda de el mismo lienzo se deberá ir enrollando poco a poco, luego se dispondrá en una lata abrillantada con mantequilla y se horneara a 180 °C por 35 minutos o hasta que la preparación este dorada. Luego se retirara del horno y se dejara enfriar para poderlo porcionar.

Dulce de coco:

800 g de coco pelado y rallado fino
200 ml de agua de coco
150 g de panela
100 g de pasas
8 g de canela en polvo
300 g de azúcar morena
80 g de mantequilla pomada
300 ml de leche
200 g de crema de leche
10 g de fécula de maíz

Dulce de coco

En una olla colocar el coco rallado junto con la panela, la canela, el azúcar, la leche y el agua de coco, cuando rompa ebullición, bajar la temperatura y tapar, dejando cocinar el coco por 30 minutos, pasado este tiempo, se deberá destapar y dejar cocinar 15 minutos mas, por ultimo se deberá agregar las pasas y la fécula de maíz disuelta en la crema de leche, revolver, dejar cocinar 25 minutos mas. cuando la mezcla comienza a espesar y se comienza a agrupar se deberá retirar del fuego y dejarlo enfriar hasta el momento de su uso.

Strudel de dulce de coco y sorbete de mortiño

Ingredientes:

Base de sorbete:

- 1 lt de agua*
- 700 g de azúcar blanca*
- 7 g de cmc*
- 100 g de glucosa*
- 3 g de leche en polvo*

Sorbete de mortiño:

- 500 ml de base de sorbete*
- 600 g de pulpa de mortiño pasteurizada y fría*

Base de sorbete

Para elaborar la base de sorbete se deben mezclar todos los ingredientes dentro de una licuadora o una thermomix a velocidad media, luego se tamizara y se dejara madurar por 24 horas en refrigeración.

Sorbete de mortiño

Después de tener la base de sorbete ya elaborada y madurada , se colocara dentro de un bowl y se le adicionara la pulpa de mortiño fría y previamente pasteurizada. Se tamizara nuevamente y se colocara dentro de la maquina para turbinar helados la cual debe tener el tazón previamente congelado. Pasado 20 minutos y después de que la mezcla haya cristalizado y tenga una textura semicompacta, se deberá retirar del recipiente, se colocará en bowls o algún recipiente de acero inoxidable y colocarla en el ultrancongelador por 20 minutos, luego colocar papel vinipel y congelar hasta el momento de su utilización.

MERENGUES Y SUS USOS

Los merengues son preparaciones dulces elaboradas a base de albumina de huevo (claras) y un edulcorante que por lo general es la sacarosa (azúcar de mesa), su característica mas importante es la ligereza de su estructura, aunque tienen a tener un elevado contenido de dulzor por lo que muchas veces resultan hostigantes. Se pueden elaborar bien sea en frio o en caliente.

¿Pero que elemento les da una estructura así de frágil, crocante y ligera cuando se hornean? La respuesta esta en las claras de huevo o la albumina, la cual es una proteína muy viscosa capaz de retener en su interior una buena cantidad de aire. Claro esta que esto se da a la acción de una fuerza mecánica, la cual agitará las claras y estas lograran encapsular el oxigeno, pero esta retención de aire es limitada e inestable y solo se mantiene cuando logramos la cocción de ciertas proteínas de la albumina a través del calor, teniendo el cuidado de no superar los 60°C ya que esto ocasiona un daño en la estructura proteica y por lo tanto su espumado baja considerablemente.

Cuando las claras se baten lo primero que se va a obtener es una buena cantidad de espuma, si en este preciso momento el batido se llegara a interrumpir, la porción sin coagular se escapa y las pocas burbujas se romperán colapsando así el batido como tal. En cambio si el batido es continuo las burbujas se harán mas consistentes y se unificaran mas logrando así una espuma, más fina y uniforme, es ahí donde se comenzará a transformar esas clara en una película de proteína coagulada y aire que protegerá y estabilizara el merengue. No obstante, una vez las claras alcanzan su punto máximo de batido llamado *punto nieve*, es necesario adicionar un poco de azúcar para poder continuar con el batido y así evitar la perdida del aire que se incorporo anteriormente, además de que el azúcar modificara la estructura y textura del merengue dejándolo mas sedoso.

TIPOS DE MERENGUES Y SU ELABORACIÓN

Merengue francés: cuando se habla de merengue francés, se refiere a uno de los merengues mas simples al momento de su elaboración, pero a su vez mas útil para la realización de gran variedad de preparaciones. Su forma de elaboración es batiendo las claras hasta que comiencen a espumar, para así poder ir incorporando en forma de lluvia y poco a poco el azúcar, y continuar el batido hasta que se sienta terso y al tocarlo y frotarlo entre los dedos no se sientan los gránulos de azúcar. Es en este momento cuando el merengue se podrá llegar a usar. La diferencia que tiene el merengue francés frente a las otras versiones de merengues es que no se le incorpora calor en su elaboración, logrando que este sea poco estable y de fácil contaminación por salmonella. Sus usos están en la elaboración de budines, biscuit, merengues secados al horno o elaboración de macarons.



Merengue suizo: la característica mas importante que tiene este tipo de merengue es que debe de comenzarse el batido del azúcar junto con la claras sobre un baño maría caliente hasta lograr una temperatura de 60°C como máximo y que se note que el azúcar se haya disuelto completamente, después se debe retirar del baño maría y continuar batiéndolo de forma constante hasta que baje su temperatura a 23°C, así se podrá entonces obtener un merengue firme, brillante y liso, todo esto gracias a la disolución del azúcar debido al calor que recibió. Este tipo de merengues es de mucha utilidad para elaborar cubiertas de pasteles, merengues horneados mas crocantes o como base para la elaboración de muses frías, en donde se deberá de adicionar una pulpa de fruta pasteurizada junto con un poco de crema de leche y gelatina sin sabor previamente hidratada para dar estabilidad y corte.



Merengue italiano: el merengue italiano al igual que el suizo lleva una cocción para darle mayor estabilidad a la preparación, las claras deben de ser batidas primero hasta que den punto nieve, y ahí comenzar a incorporarle un almíbar de azúcar el cual deberá estar a 115°C, de esta manera se cocinarán las claras y les dará cuerpo a la mezcla, además de prevenir la aparición de salmonella. Hay que tener en cuenta que durante la adición del almíbar caliente, el batido no se puede interrumpir, se debe de continuar hasta bajar nuevamente la temperatura al merengue y dejarla en 25°C. Si se logra una buena técnica, este merengue podrá usarse para gratinar, cubrir pasteles o ser parte en la elaboración de mousses frías y otras preparaciones.



Nota: las claras de huevo o las proteínas como tal pierden sus cualidad retenedora de aire al contaminarse de lípidos como lo son las yemas o trabajarse en recipientes grasosos

¿Como debe ser el horneado de un merengue?

Al momento de seleccionar que tipo de merengue se puede hornear, las opciones mas destacadas están entre el merengue francés o el merengue suizo, ya que ninguno de estos lleva el añadido de almibar como si lo tiene el merengue italiano y que le confiere una cierta cantidad de agua provocando al final del horneado un merengue poco crocante. Ahora bien ¿cual es la temperatura ideal? Si el merengue se hornea entre 150° a 180°C, el resultado final será un merengue demasiado rubio con un centro gomoso, ya que el agua que contiene la albumina no se alcanzara a evaporar por completo. En cambio si se hornea por un periodo prolongado de tiempo a 100°C se obtendrá un merengue blanco, crocante y seco, gracias a que se evapora toda el agua de las claras y se evita la caramelización la cual comienza a partir de los 125°C.

Nota: recordar que la proporción máxima de azúcar para elaborar un merengue es 2x1, si el azúcar se excede, no se alcanzara a disolver por completo en las claras y el resultado será un merengue granuloso y áspero en boca.

Para 12 porciones



Preparación: 4:00 horas
Imagen: el autor

CONCORD DE CHOCOLATE Y MANJARBLANCO

Ingredientes:

Merengue suizo de chocolate:

120 g de claras de huevo
230 g de azúcar blanca
10 ml de vinagre blanco
4 g de fécula de maíz
30 g de Cocoa en polvo

Cremoso de manjar blanco:

100 ml de leche entera
6 g de gelatina
200 g de manjar blanco
150 g de chocolate al blanco
300 g de crema de leche

Decoraciones de chocolate

100 g de chocolate al 70%
Hojas de acetato

Merengue suizo de chocolate

Colocar en un bowl las claras junto con el azúcar y llevar sobre un baño maría caliente, batiendo hasta alcanzar los 60 °C (ver pág. 50-51) cuando adquiera la consistencia de picos firmes, se deberá añadir el vinagre junto con la fécula de maíz y la cocoa previamente tamizadas para evitar grumos. Continuar el batido hasta lograr los 23 °C y proceder a colocar dentro de una manga, escudillar sobre tapete de silicona 6 discos de 5 cm de diámetro y con el resto del merengue hacer bastones, llevar a horno a 110 °C por 45 min, dejar enfriar y reservar.

Cremoso de manjar blanco

En una olla, colocar el manjar blanco junto con la leche y la mitad de la crema de leche, llevar a fuego hasta que el manjar blanco se haya unificado con los ingredientes líquidos, proceder a adicionar poco a poco la gelatina en el líquido caliente hasta que quede completamente hidratada, luego la mezcla aun caliente se deberá añadir sobre el chocolate blanco troceado, dejándolo reposar por 2 minutos tapado, pasado el tiempo se mezclará y tamizará con un colador, llevar a frío.

A parte montar la crema restante a punto chantillí (ver pág. 60) y adicionar a la mezcla hecha anteriormente, recordar que debe ser en forma envolvente para evitar perder el aire integrado, llevar nuevamente a frío y reservar hasta su uso.

Decoraciones de chocolate

Al usar un chocolate con un 70% de cacao, se debe de atemperar para que tenga una cristalización perfecta y un buen brillo. Por lo tanto se deberá fundir el chocolate hasta los 45°C, luego extender sobre una mesa de mármol un 70% de la cantidad de chocolate total, bajar la temperatura hasta 28°C y por último remontar a 32°C unificando con el 30% de chocolate fundido que sobro. Sobre una hoja de acetato limpia, hacer gotas con el chocolate y dejar compactar a temperatura ambiente, desmoldar y reservar.

CONCORD DE CHOCOLATE Y MANJARBLANCO

Ingredientes:

Cake de chocolate al microondas

116 g de harina de almendra
252 g de claras de huevo
168 g de yemas de huevo
140 g de azúcar
38 g de harina
112 g de chocolate de leche fundido

Cake de chocolate al microondas

En una thermomix o licuadora, mezclar los ingredientes a excepción del chocolate fundido, procesar por 2 minutos, y luego bajar la velocidad e ir añadiendo en forma de hilo el chocolate fundido hasta que se integre, es importante que todos los ingredientes estén a temperatura ambiente, así evitara la cristalización del chocolate apenas toque la mezcla de los demás ingredientes.

Cuando la mezcla este homogénea, se deberá tamizar dos veces y llevarla a un sifón, cargar con dos capsulas de NO₂ o dióxido de nitrógeno, agitar vigorosamente y vaciar la mezcla en vasos plásticos, previamente brillantados con mantequilla, se debe tener en cuenta que se deben llevar los vasos solamente un tercio de su capacidad, por ultimo llevar a microondas por 45 segundos a máxima potencia, retirar, desmoldar y enfriar. Reservar .

Montaje

Cake de chocolate
6 Discos de merengue
c/n bastones d merengue
800 g de cremoso de manjar blanco
c/n cocoa

Montaje

Colocas sobre una base redonda de icopor o sobre un plato, un poco del cremoso de manjar blanco y sobre este disponer uno de los discos de merengue, esto con la finalidad de que no se mueva el postre. Luego se dispondrá una capa de cremoso sobre el merengue, luego colocar una capa mas de merengue, otra de cremoso y terminar con una mas de merengue. Cubrir por los bordes del postre con mas cremosos de manjar blanco e irle pegando los bastones que se elaboraron con el merengue de chocolate, finalizar espolvoreando un poco de cocoa y decorando con los cake de chocolate.

Datos curiosos:

A pesar de que el manjar blanco es un dulce típico de la cultura gastronómica colombiana y mas de la región del cauca y valle del cauca, este no es propio ni nació en el país, este producto se dio gracias a las tradiciones gastronómicas españolas y conventuales, las cuales tienen una importante herencia árabe. Este dulce es preparado en base de leche, la cual se aromatiza con especias como la canela y el clavo de olor, se lo endulza con azúcar de caña y se espesa con fécula de arroz.

Para 7 porciones



Preparación: 2:45 horas
Imagen: el autor

NIDOS DE GUANABANA Y FRUTOS ROJOS

Ingredientes:

Merengue Francés:

100 g de claras de huevo
100 g de azúcar
100 g de azúcar glas
10 ml de vinagre blanco
4 g de fécula de maíz

Muselina de guanábana:

500 ml de leche
100 g de azúcar
50 g de fécula de maíz
120 g de yemas de huevo
200 g de pulpa de guanábana
180 g de mantequilla congelada

Gel de frutos rojos

100 g de zumo de fresas
100 g de zumo de moras
50 g de zumo de frambuesa
300 ml de agua
100 g de azúcar blanca
4 g de agar agar

Montaje final:

100 g de cerezas con tallo
100 g de fresas maduras
Hojas de hierbabuena

Merengue Francés

En un bowl colocar las claras y batirlas hasta que comiencen a espumar, en este punto se deberá ir añadiendo poco a poco el azúcar (pág. 50-51) después de haber llegado al punto, se le añadirá la fécula tamizada y el vinagre, se deberá seguir batiendo hasta lograr un punto de pico estable, (recordar que al añadir el vinagre, este siendo un ácido ayudara a desnaturalizar la albumina y mejorar la consistencia del merengue). Colocar en una manga con boquilla risada y escudillar el merengue dándole la forma cilíndrica, hornear a 105 °C por 1 hora. Enfriar y reservar.

Muselina de guanábana

Siguiendo las técnicas de elaboración de una crema pastelera (ver pág. 59), cuando la crema tome consistencia, se le deberá añadir la pulpa de guanábana y continuar la cocción por 3 minutos a fuego medio, culminado este paso, se le deberá añadir aun en caliente y fuera del fuego la mantequilla congelada poco a poco y se mezclara de forma vigorosa, así la crema bajara rápidamente su temperatura y quedara lista para su uso. **Nota:** si se desea se puede hacer un día antes la crema, se la deja enfriando en la nevera dentro de un empaque hermético y cuando se vaya a usar se recomienda batirla nuevamente con ayuda de una batidora eléctrica para darle mayor cremosidad.

Gel de frutos rojos

Mezclar los zumos de las frutas junto con el agua y la mitad del azúcar, llevarla a fuego inmediatamente, mientras se le va colocando en forma de lluvia el azúcar restante junto con el agar, de esta manera no formara grumos, llevar hasta 95 °C, bajar del fuego y enfriar hasta que gelifique (aproximadamente 6 horas en nevera), luego procesar con un túrmix y tamizar hasta lograr un gel brillante y fluido, reservar.

Montaje final

Con ayuda de una manga pastelera, ir colocando la muselina de guanábana dentro de los nidos de merengue cocido, terminar con una fina capa del gel de frutos rojos y fresas cortadas en cuartos, cerezas y hojas de hierbabuena.

CREMAS BÁSICAS Y RELLENOS

La denominación de crema hace referencia a toda preparación usada en productos dulces como salados, la cual debe de tener una consistencia cremosa, la cual se elabora a base de huevos, leche, crema o alguna medio feculento como harina de trigo o fécula de maíz, los cuales se llevan a calor formando así una gelatinización que mantendrá la consistencia del producto como tal.

En la pastelería existen gran variedad de cremas las cuales se dividen en cremas con cocción y cremas sin cocción, algunas son ligadas por medios proteicos (albuminas o yemas), grasos (mantequillas) y otras por medios feculentos (harinas o féculas), adicionándoles a todas algún tipo de aromatizante (canela, clavos, ralladura de cítricos, vainilla, etc...) y azúcares o jarabes como medio edulcorante que potencializara su sabor.

Cremas con cocción: se hacen por lo general en base de una mezcla de leche, yemas de huevo, azúcar y se saborizan con vainilla, canela u otros productos, si en determinado momento se requiere darles mayor consistencia, se deberá de añadirles algún tipo de harina o fécula o si se desea dejarlas mas untuosas es bueno incorporar un poco de crema de leche. Dentro de estas cremas existen:

- **Crema inglesa:** esta en la subdivisión de las cremas de huevo cocidas en base de leche, y que se usa en la elaboración de helados, como acompañante de postres y la humectación de biscochos. La textura final de la crema inglesa tiende a ser mas ligera, ya que su único medio de ligazón son las yemas de huevo las cuales al ser expuesta a una temperatura controlada se coagulara, claro esta teniendo mucho cuidado de no superar los 80 °C, ya que sino se sobrecocinaran perdiendo así su poder ligante y quedando una salsa grumosa o cortada y no bajando de los 65°C ya que se podría terminar teniendo presencia de salmonella .

- **Crema pastelera:** esta crema al igual que la crema inglesa hace parte de las cremas cocidas a base de huevo y leche, con la única diferencia que se le añade un importante porcentaje de almidón de maíz o harina de trigo, lo que le conferirá una textura mas espesa y cremosa, todo esto debido a la gelificación de los almidones los cuales comenzaran a partir de los 45°C y permitirá proteger a las yemas evitando que si se sobrecocinan puedan llegar a cortarse o quedar una crema grumosa.



DERIVADAS DE LA CREMA PASTELERA

- ✓ Muselina: adición de 30 a 50% de mantequilla pomada a la mezcla de crema
- ✓ Chiboust: adición del 50% de merengue cocido a la mezcla de crema
- ✓ Diplomata: adición del 50% de crema de elche a punto chantilly a la mezcla de crema

Nota: toda mezcla que se le agregue y este aireada como el caso de la chantilly, se deberá de hacer en forma envolvente para no perder esta textura aireada.

- **Aparato a bomba:** Es una de las cremas mas usadas para la creación de muses y rellenos cremosos como el que se elabora para hacer el tiramisú. Se caracteriza por la cocción de las yemas mediante un almíbar caliente a 115°C, técnica muy parecida a la elaboración del merengue italiano, logrando así reducir el riesgo bromatológico o la aparición de salmonella.
- **Cremas tipo flan:** son todas aquellas en las que se mezcla desde frio lo huevos enteros junto con la leche o la crema de leche, se endulzan (azúcar o leche condensada) y se aromatizan con vainilla, su cocción se realiza al horno dentro de un molde el cual se coloca sobre agua caliente para así lograr un pochado indirecto, después de coagulada la mezcla se enfriara para proceder a desmoldarse, se caracteriza por tener una estructura semicompacta la cual es brindada por la albumina.

Cremas sin cocción o frías: se hacen por medio de la emulsión de las grasas, la cual les confiere una textura aireada y cremosa. Y su principal característica es que no se necesita emplear el calor para lograr este objetivo. Dentro de este tipo de cremas se encuentran:

- **Cremas batidas y chantillí:** su elaboración se hace a base de crema de leche, la cual deberá de estar a 4°C y así provocar que este mas densa y propicie la incorporación de aire por medio del batido, en cambio si sobrepasa los 10°C se correrá el riesgo de separar la grasa del suero logrando romper la emulsión y cortando la mezcla, es por eso que cuando se realiza este procedimiento se coloque el recipiente que contenga la crema a batir sobre una cama de hielo, así se mantendrá una temperatura ideal para realizar el batido. A este tipo de cremas se le puede adicionar azúcar en polvo o aromatizar con vainilla y su batido debe ser rápido y constante, así se lograra una crema mas aireada y con mas volumen.
- **Crema de mantequilla o frosting:** su funcionalidad es de servir de relleno y decoración de pasteles o budines, se hace en base de una materia grasa como mantequilla o margarina, la cual debe estar a una temperatura de 15 °C o pomada luego se deberá de mezclar con azúcar glas previamente tamizada, para luego proceder a batir hasta lograr una mezcla homogénea, pálida y sedosa . Es importante tener en cuenta que este tipo de cremas se puede elaborar en base de un aparato a bomba que le ayudara a dar mas aireación y sabor.
- **Cremas de chocolate o ganache:** la ganache se compone de crema de leche o algún liquido caliente que se mezcla con una cobertura de chocolate, logrando así una mezcla untuosa que sirve para rellenar pasteles, como recubrimiento o dependiendo del porcentaje de liquido, para la elaboración de trufas o rellenos de bombones. Recordar que todo chocolate tiene un alto porcentaje de manteca de cacao, por lo que la mezcla para hacer una ganache debe ser en partes iguales de liquido y chocolate, todo esto dependerá de la dureza final que se requiera. Las ganaches se puede saborizar con infusiones, licores, especias o pastas de nueces.



TÉCNICAS DE PANADERIA

Manejo de prefermentos y variedad de amasijos colombianos

DE LA HARINA DE TRIGO, EL GLUTEN Y OTROS PRODUCTOS FECULENTOS

Para la elaboración de panes y amasijos se necesitan de unos ingredientes específicos, de los cuales se desprenderán gran variedad de mezclas, texturas y sabores, que estarán siempre determinadas por la creatividad del obrador. Como se vio en el capítulo primero la panadería y los amasijos salen de un mestizaje profundo entre europeos, indígenas y negritudes que mediante el conocimiento y la recursividad crearon un abanico amplio de productos, tales como mogollas, buñuelos, arepas y entre otros, que poco a poco se fueron posicionando no solo en las mesas de la elite social sino de la comunidad en general. Pero ¿en base de que ingredientes se crean estos dos tipos de productos?



Los amasijos como tal, se elaboran a partir de dos elementos importantes y representativos de la gastronomía colombiana, los almidones de tubérculos tales como yuca, achira, papa y algunos cereales como lo es el maíz, el arroz y la quinua que no solo se integraban a estas preparaciones sino que se incorporan como medio ligante y en algunos casos como elemento para elaborar masas de recubrimiento que contienen rellenos dulces o salados en base de carnes o tubérculos tales como las empanadas. Y el segundo elemento son los quesos preferiblemente frescos tales como el queso costeño, la cuajada y el queso campesino o de hoja, los demás ingredientes que se le irán agregando ayudaran a resaltar y mejorar el sabor





y la textura, como lo es la sal, el azúcar, los huevos, las materias grasas de origen animal tales como la mantequilla o la manteca de cerdo, el polvo de hornear como agente leudante que mejora la textura dando una miga mas suave, entre otros ingredientes que van cambiado de acuerdo a la receta familiar que se tenga, lo que convierte a cada uno de los amasijos en un producto casi único .

Ahora bien cuando se habla de productos de panificación, se identifican como elementos básicos y principales para la producción de este, la harina de trigo, centeno u otro cereal con alto contenido proteico (gluten) , un elemento hidratante como lo es el agua y un agente fermentativo que es el que da la textura final al pan, su sabor y aroma, este esta dado al uso de levaduras principalmente de cerveza que producen gas carbónico al interior de la masa y ayuda a que infle, de ahí en adelante los ingredientes terminan siendo infinitos, desde el uso de especias, aceites o grasas, bebidas alcohólicas como la cerveza, sales, azucares, jarabes, frutos secos, quesos, charcuterías. Ahora bien cuales son las características y cuidados de cada uno de estos ingredientes.

AGUA: el agua es el elemento mas importante dentro de la elaboración de panes y otros productos, en donde es de suma importancia la disolución de ingredientes como las levaduras, sales y azucares, de hidratación a productos como en este caso lo es la harina de trigo, lo que a su vez repercute la rápida formación de gluten, crea ambientes propicios para la formación y crecimiento de microorganismos benéficos como las levaduras y finalmente es el que da la consistencia al producto final.

SAL: a pesar de que es un producto que se coloca en cantidades que van del 0,5 al 3% del peso total de la masa, es un elemento importante y que a su vez se tiene que adicionar con cuidado ya que puede traer graves repercusiones no solo de sabor sino de textura sobre los panes. La función principal de la sal es resaltar el sabor de los productos, ayuda a dar tenacidad al gluten o lo que se podría deducir como fuerza para que esta no sea tan gomosa y además permita encapsular el dióxido de carbono mucho mejor. Ayuda a retardar la actividad de las enzimas de las levaduras ya que deshidrata su membrana y ralentiza el proceso de reproducción y liberación de dióxido de carbono, por lo que es importante tener cuidado con la cantidad de sal que se le añade a la masa, además la sal mejora la coloración del pan gracias a

lo que anteriormente se menciona, ya que al retrasar la fermentación y actividad enzimática de las levaduras, estas no consumirán el azúcar producido por el almidón de la harina, logrando dejar una mayor cantidad de azúcar residual y al momento del horneado el pan dará una mejor coloración a su corteza, quedando de un tono dorado o ámbar. Por último la sal ayuda a conservar y evitar la oxidación de la masa, por lo que a la sal siempre se deberá añadirse al inicio del amasado.

LEVADURA: (ver Pág. 66)

AZUCARES: es uno de los elementos que al igual que la sal, deben ser añadidos en proporciones específicas y con cuidado, el azúcar y cualquier edulcorante como jarabes o mieles, ayuda a mejorar las cortezas y el dorado final de los productos de panadería que van a cocción, por eso su contenido va desde el 2% al 7%, al igual que con la sal, las levaduras retardan el proceso de fermentación en ambientes con exceso de dulce, la razón es por que el azúcar al igual que la sal, son elementos higroscópicos o que absorben la humedad, lo que evita que las membranas y pared celular de la levadura absorban esta humedad y faciliten los procesos reproductivos y de expulsión de dióxido de carbono.

HUEVOS: es un producto que enriquece el valor nutricional del producto bien sea de panadería o un amasijo, mejora la textura y homogeneidad de las piezas una vez horneadas, ayuda a brindar coloración gracias a los carotenoides presentes en la yema del huevo, esto hace que se deba de tener cuidado al momento del horneado, el cual deberá tener una temperatura no muy alta y así se evitara un exceso de coloración en la corteza del producto.

LECHE: es uno de los alimentos más completos para el mundo de la pastelería, ya que contiene proteínas, minerales y vitaminas, azúcares (lactosa) y grasa, por esta razón mejora el sabor de los productos de panificación, da mayor suavidad a la miga y proporciona cortezas doradas y crocantes gracias a la acción de los azúcares presentes en la leche.

GRASAS Y ACEITES : todo tipo de grasa usado en la elaboración de productos de panificación o elaboración de masas, provocan una impermeabilización de las moléculas de almidón, logrando que estas tiendan a ser más suaves, permite que se formen migas mucho más apretadas con alveolos más pequeños parejos y más continuos mejora el proceso de conservación de las piezas.

Siempre es recomendable usar grasas como la mantequilla, ya que otorga a las masas mayor suavidad y un excelente sabor.

HARINAS Y ALMIDONES: han sido parte de la alimentación humana desde hace muchos siglos, dentro de esta se pueden encontrar una variedad muy amplia, desde la harina de trigo, pasando por la de centeno, cebada, avena, maíz, arroz, quinua, amaranto y otras a base de tubérculos o rizomas como las papas, la yuca, achira.

Su extracción se hace por medio de la molienda o molturación de los granos, que les irán reduciendo el tamaño hasta transformarlos en lo que es la harina, esta molienda se hace de forma gradual y se debe antes que nada limpiar los granos retirándole impurezas tales como piedras, arena o elementos vegetales que sean ajenos al grano.

Es importante tener en cuenta que dependiendo del grado de molienda, será el tipo de harina final logrando así harinas fuertes, de mediana fuerza o flojas. Es por eso que se clasifican de la siguiente manera:

Harina 0: es la harina menos refinada, se caracteriza por tener gran cantidad de impurezas propias del grano como son la cascarilla que recubre el grano también llamado germen de trigo, se usa para la elaboración de prefermentos o panes semi integrales. Su rendimiento en la molienda y cernido es de aproximadamente el 75%, lo que la convierte en harinas que dan origen a panes mas oscuros y mas secos.

Harina 00 y 000: se utilizan en la elaboración de panes y pastas ya que gracia a su alto contenido de proteínas posibilita la formación de gluten que lograra encapsular el dióxido de carbono y así conseguir un leudado adecuado.

Harina 0000: son harinas altamente refinadas, que contienen poca cantidad de salvado y germen, lo que hace que tengan menos proteínas y solo sirvan para elaborar productos de panadería en donde el gluten no es necesario.

Estas harinas se caracterizan por la cantidad de proteínas o gluten que tienen en su interior, así que las que tengan entre 10 al 12 porciento de proteína son consideradas harinas fuertes, y entre 7 al 9 porciento serán consideradas harinas flojas, aptas para la elaboración de productos de galletería y elaboración de masas como las pastas quebradas, en las que no se busca la activación del gluten en su totalidad.

COMPOSICIÓN QUÍMICA DE LA HARINA: las harinas de trigo son alimentos que están compuestos por gran variedad de elementos nutritivos que lo hacen un alimento muy rico y benéfico para la alimentación humana.

A continuación se da una breve clasificación de estos elementos nutritivos.

PROTEÍNAS : es un elemento que se encuentra dentro del grano de trigo y su proporcionalidad dentro de este varía dependiendo del tipo de grano, la época del año en que se recolecta y la tasa de extracción y refinamiento que se le haga, todo esto dependiendo de si su finalidad es dar una harina fuerte o débil. Las proteínas en la harina de trigo se componen de dos elementos básicos que son la gliadina que es la proteína que confiere la elasticidad a las masas y la gliutina contribuye a desarrollar la estructura de la masa y su elasticidad.

ALMIDONES: se encuentran en la mayoría de harinas de cereales y tubérculos, se caracterizan por ser un glúcido o azúcar compleja, que es transformado en glucosa gracias a las enzimas de las levaduras que se le adicionan al pan, logrando de esta manera lograr la fermentación alcohólica de la cual se hablara mas adelante , es por esto que este elemento es de suma importancia en el proceso de elaboración de los productos de panificación ya que es el alimento de las levaduras para que logran producir el dióxido de carbono que ayudara a dar volumen al pan ya formado.

Ahora para la formación de productos como los amasijos colombianos, es fundamental el uso total de este elemento el cual proporciona masas con miga porosa y de fácil desmoronamiento, y que en exceso da productos muy crocantes y secos como es el caso de las achiras típicas de la región del Huila, si se mezcla con mas productos como huevos, materias grasas y derivados lácteos, proporcionara productos suaves con corteza como lo son los pandebonos vallunos o las almojábanas de Cundinamarca. Tener siempre en cuenta que los almidones son elementos retenedores de humedad, los cuales se hinchan, y si se llegan a calentar este proceso se acelera y crea cadenas complejas, por esta razón es que se emplea en la elaboración de natillas y la crema pastelera.

LÍPIDOS: dentro de las harinas los lípidos están presentes en la capa externa que recubre el grano, principalmente en el germen, por lo que el contenido de estas dependerá de la extracción, molienda, tamizado y refinamiento que se le haga

MINERALES: las harinas de trigo están compuestas de cenizas que son elementos propios de la cascarilla y el germen, estos contienen elementos minerales tales como calcio, magnesio, potasio y sodio, sus cantidades son mínimas, y se determinan al final en el proceso de molienda y refinación.

AGUA: la cantidad de humedad presente en la harina de trigo no puede exceder de un 15% total, si fuese el caso, la duración de esta en anaquel no sería muy prolongada, y lograría que hubiera un crecimiento de microorganismo no deseados que dañarían el producto.

LA LEVADURA Y LA FERMENTACIÓN EN LA PANIFICACIÓN

Las levaduras son microorganismos unicelulares del reino *fungi* que se encuentran en gran variedad de lugares de la tierra, el uso de sus propiedades es muy antiguo y podría decirse que es uno de los primeros organismos vivos en cultivarse, y como cualquier ser vivo estos necesitan de condiciones especiales y básicas para sobrevivir y poderse llegar a desarrollar, como lo son la presencia de humedad, oxígeno, un alimento que los ayude a desarrollar todos sus procesos funcionales y una temperatura adecuada que le permita reproducirse. Cuando estas cuatro condiciones son favorables permitirá que las levaduras se reproduzcan rápidamente y permitan la entrada de nutrientes a la célula, hay que tener en cuenta que uno de estos nutrientes de los que más se alimenta la célula y que es más favorable para la producción de CO₂ y alcohol son los azúcares los cuales son desdoblados por las enzimas que posee la levadura. Este proceso provocará una de las fermentaciones más comunes en la panificación que es la fermentación alcohólica.

En el ambiente y la naturales existen gran variedad de levaduras, especies, subespecies que cumplen la función de fermentar masas u otros tipos de alimentos, pero a pesar de esta gran variedad de especies y subespecies la que mejor y la más utilizada para la panificación es la *Saccharomyces cerevisia*, esta posee la capacidad de producir gas rápidamente. Esta levadura comercialmente se vende en dos presentaciones que son de fácil uso, la levadura fresca o prensada y la levadura seca.

Nota: la levadura seca se diferencia de la levadura química, ya que esta última está elaborada a partir de cremor tártaro y bicarbonato de sodio y son conocidos también como impulsores químicos que producen gasificación y ayudan a crecer el producto tal como los budines o bizcochos de masas pesadas.

FUNCIONES DE LAS LEVADURAS: Además de la producción de gas carbónico y alcoholes dentro de las masas, las levaduras cumplen con otras funciones tales como:

- ✓ Da la estructura porosa y ligera a las masas, gracias a que el gas carbónico estira el gluten logrando encapsular el dióxido de carbono dentro de este, lo que provoca que se creen alveolos dentro de la masa.
- ✓ Ayuda a producir el aroma final gracias en parte a la utilización de ingredientes terciarios como son las materias grasas, los prótidos como huevos.
- ✓ Da textura y coloración a la corteza del pan.

COMO USARLA: Buscando las cualidades y beneficios de las levaduras dentro de las masas, se deben de seguirse algunas recomendaciones como son:

- La cantidad de levadura por kilo de harina puede ir de los 10 g a los 60 g, todo esto depende y varia de los ingredientes complementarios tales como la cantidad de agua, grasas, sales o edulcorantes.
- Uso de harinas ricas en gluten (proteína) logrando así una masa mas elástica y que podrá encapsular mejor el gas carbónico, dar una mejor miga siendo aireada y suave
- La integración de la levadura a una masa puede ser de forma directa, diluyendo esta previamente en el doble de agua la cual preferiblemente debe estar tibia (28 °C) o mediante la integración de un prefermento que puede ser en base de levaduras de cerveza o levaduras propias del trigo o de la harina que se vaya a usar. Estas se verán en la siguiente pagina.

QUE NECESITAN LAS LEVADURAS:

Humedad: las levaduras necesitan estar en un ambiente húmedo que logre disolver los diferentes nutrientes y le ayude a absorberlos a través de su membrana elementos como azúcares simples (glucosa), y esta a su vez liberará las diferentes enzimas que descompondrán los macronutrientes como la sacarosa, lípidos y proteínas principalmente el gluten.

Oxígeno: el oxígeno es un elemento fundamental para las levaduras, ya que ayuda a metabolizar todos los nutrientes absorbidos y favorece su reproducción. Al momento de la elaboración de la masa el oxígeno se incorpora por medio del amasado, y a pesar de que es de suma importancia este se agota en poco tiempo ya que cuando comienza el proceso fermentativo se crea un ambiente anaerobio y la expansión de la masa como tal se da gracias al gas carbónico producto de la fermentación.

Temperatura: la temperatura que tenga la masa es una parte fundamental de todo el proceso reproductivo y de fermentación de las levaduras, por lo que esta debe encontrarse en un ambiente con una temperatura de 30 °C a 33 °C la cual debe de ser constante, no obstante hoy en día los panaderos realizan la producción con horas de anticipación y llevan el pan ya formado a una fermentación mas suave que no sea menor a 10°C, esto logra una actividad menor de las levaduras pero favorece a la producción de un buen sabor.

Se debe de tener en cuenta que las levaduras también pueden verse muy afectadas por altas temperaturas que sobrepasen los 59 °C, logrando la muerte térmica del microorganismo.

Alimento: durante el proceso de fermentación y disolución que hace el agua o el medio liquido con que se hidrate la harina, las levaduras logran obtener su alimento de los edulcorantes y almidones que se van transformando en azúcares fermentables, recordar que la mayoría de edulcorantes como lo son la sacarosa o las melazas, las cuales se añaden a gran parte de los panes, no solo para servir como alimento sino para dar sabor y color, todo esto producto de la caramelización que se provoca gracias al horneado.

Se debe tener en cuenta que gracias al desdoblamiento de estas proteínas y azúcares producto de la fermentación, se genera un subproducto que es el alcohol, este al final se evapora gracias a la cocción que se le da a la masa, pero contribuye a dar el sabor al pan.

EQUIVALENCIAS ENTRE UNA LEVADURA FRESCA FRENTE A UNA LEVADURA SECA:

Al tener en el mercado las opciones de conseguir levadura fresca o prensada, y levadura seca activa o instantánea, se tiene que tener en cuenta que se debe de hacer una conversión las cuales es bueno tener en cuenta, ya que muchas veces hay recetas que vienen en base de alguna de estos dos tipos de levadura, y el no tener una correcta cantidad de levadura o un exceso de esta puede estropear o malograr el resultado final.

Valores de conversión:

TIPO DE LEVADURA	VALOR DE CONVERSION	% DE HUMEDAD
Levadura fresca	100%	70% Aprox
Levadura seca activa	45%	8% Aprox
Levadura seca instantánea	35%	8% Aprox

Ejemplo de un proceso de conversión de levadura seca a levadura fresca:

Masa de pizza

Ingredientes	Cantidad	Unidad de medida	Porcentaje
Harina	500	g	100 %
Agua	340	g	68 %
Sal	9	g	1,8 %
Levadura seca instantánea	6,5	g	1,3 %
Aceite de oliva	25	g	5 %

Cantidad de levadura seca instantánea de la	Factor de conversión	Cantidad de levadura fresca
6,5	35% (6,5 / 0,35)	= 18,5 g

Ingredientes	Cantidad	Unidad de	Porcentaje
Harina	500	g	100 %
Agua	340	g	68 %
Sal	9	g	1,8 %
Levadura fresca	18,5	g	$(18,5/500)*100 = 3,7\%$
Aceite de oliva	25	g	5 %

MASAS MADRES NATURAL Y A BASE DE LEVADURA

PREFERMENTOS A BASE DE LEVADURA DE CERVEZA:

- ✓ **POOLISH:** Se encuentra dentro de los prefermentos blandos , se caracteriza por mezclar en partes iguales harina de trigo junto con agua , añadiendo al final entre un 0,08 a 1% de levadura fresca, tiende a tener una textura muy blanda y gomosa, gracias a la actividad de las enzimas de la levadura sobre las proteínas y los almidones de la harina, esto ayuda a dar mayor volumen a la pieza y mejora la formación del producto. Este prefermento se debe dejar reposar como mínimo cuatro horas antes de ser usado o incorporado dentro de una masa.
- ✓ **BIGA:** Es uno de los clásicos prefermentos de la cocina italiana, que se caracteriza por ser de textura firme o seca; se utiliza mucho en la elaboración de panes con una corteza crocante y unos alveolos grandes e irregulares, además aumenta su durabilidad en anaquel. La cantidad de agua que se le añade a la harina es de aproximadamente un 50 a 60% y al igual que el poolish se puede incorporar de levadura entre un 0,08 a 1%
- ✓ **ESPONJA:** Se encuentra al igual que el poolish dentro de los prefermentos blandos, tiene un porcentaje de un 70 a 75% de agua , mejora la fuerza de la masa gracias a una mayor hidratación de los almidones y dependiendo del tiempo de reposo logran las enzimas desdoblar de manera correcta las proteínas , es optimo para la preparación de panes dulces, los cuales al tener una carga importante de edulcorante , al momento de incorporarlo a la masa final tiene a ser mas fácil de trabajar y amasar gracias a que no es tan liquida .

MASAS MADRE NATURAL O LEVAIN: las masas madres naturales fueron el comienzo de los primeros pasos de la estructuración de la panadería con un mayor conocimiento del potencial de los ingredientes que se emplean. Así que se puede colocar como punto de partida el antiguo Egipto, en donde la recolección de los granos de trigo y otros cereales se hacía de forma manual y se depositaban en cantaros o jarrones que en algunos casos terminaban humedeciéndose lo que conlleva a que se produjeran la fermentación de esos por medio de microorganismos presentes tanto en el agua, como en el recipiente que contenía los granos del cereal. Y es básicamente esto lo que se concibe como una masa madre natural, una fermentación prolongada que logra producir gran cantidad de bacterias que conllevan a crear una fermentación que lograba producir ácido láctico, que contribuye y otorga un sabor mucho más potente a los panes y que se puede estar alimentando durante un largo periodo de tiempo, que puede ir de meses a años.

Estas masas madres naturales se dividen a su vez en dos tipos, las masas madres líquidas las cuales se mantienen con una hidratación del 100% al 150% y las sólidas que por lo general se hidratan entre un 50% a 65%.

Pero ¿cómo se hace una masa madre y lo más importante cómo se alimenta y se mantiene?

Lo primero que se debe hacer es la selección del tipo de harina la cual se vaya a usar, puede ser de centeno, harinas integrales de trigo, o el cereal de elección, que preferiblemente tenga un alto contenido de almidón que ayude a las levaduras y microorganismos a alimentarse de este.

Después de haber hecho la elección se deberá ver la proporcionalidad de agua y que tipo de masa madre se requiere, si líquida o más bien dura, en este paso se debe tener mucho cuidado con el tipo de agua a usar, ya que es la base vital para la reproducción de los microorganismos, por lo que un agua con exceso de cloro u otro agente externo, puede dañar todo el proceso, retardarlo o dar una masa madre de un mal sabor.

A parte del agua y la harina se puede adicionar algún edulcorante como glucosa o miel, que ayudaran a acelerar el proceso fermentativo.

Ahora ya sabiendo tres de los ingredientes básicos, lo que se debe de hacer es mezclarlos y almacenar esta pasta en un recipiente de vidrio limpio y tapado, pasadas 48 horas, esta mezcla se le deberá añadir un refresco, que se compone de más harina y agua. Esto logrará alimentar el cultivo que ya se está formando y tendrá que pasar un periodo mínimo de seis días para poder usar este fermento, ya que habrá comenzado a madurar, teniendo un aroma y sabor complejo. A continuación se dará la formulación para una masa madre.

Formulación de una masa madre de tipo líquida.

	Cantidad	Porcentaje
Harina de centeno integral	300 g	100 %
Agua purificada	375 g	125 %
Miel de abejas	9 g	3,0 %

Esta mezcla se deberá hacer con el agua a 27 °C, colocándola en un recipiente sellado, y a un ambiente de 24 27°C por un periodo de 24 horas, pasado este tiempo, se le deberá añadir el refresco. Recordar que de esta mezcla deben quedar 200 g, el restante se deberá utilizar para hacer otra masa madre o simplemente se deberá desechar, esto hace parte del refresco se que se le debe hacer a la masa madre.

	Cantidad	Porcentaje
Harina de centeno integral	90 g	50 %
Harina de trigo	90 g	50%
Agua purificada	225 g	125 %

Se mezclaran lo ingredientes a parte y luego se los integrara a la masa madre, es importante que después de homogenizar la preparación, se reposara por un periodo mínimo de 12 horas, para luego proceder a integrar el siguiente refresco.

	Cantidad	Porcentaje
Harina de trigo	180 g	100%
Agua purificada	225 g	125 %

Esta serán las cantidades de refresco que se le añadan a la mezcla primaria durante los días tres, cuatro, cinco y seis, cada 12 horas, recordar que en cada adición de esta pasta, se debe de retirar un poco de masa madre y luego si incorporarle la mezcla de harinas.

Tomado del libro el pan manual de técnicas y recetas de panadería, autor Jeffrey Hamelman

PROCESOS DE ELABORACIÓN DE UN PAN

Pesado: el pesado de la materia prima es uno de los pasos mas importantes, ya que si se hace de una manera correcta se obtendrá un producto final de optimas características. Y se lograra conocer que cantidad de masa se obtendrá y cuanta cantidad de porciones se obtendrá al final.

Amasado:

El amasado cumple funciones importantes tales como:

- ✓ Posibilitar la distribución de los ingredientes homogenizándolos entre si.
- ✓ Formación del gluten de manera ordenada y no al azar, desarrollando al máximo el potencial de la gliadina y la gluteina dentro de la masa.
- ✓ Oxigenar la masa , logrando así fortalecer la malla de gluten.
- ✓ Un correcto amasado permite obtener una miga adecuada con una buena estructura.
- ✓ Un buen amasado permite darle volumen a la pieza de pan.

Consideraciones a tener en cuenta durante el amasado:

- ✓ La temperatura del amasado debe ser de 24 a 25 °C, esto permite que no se oxide la masa por calor, ya que el proceso de amasado causara un efecto exotérmico o factor de fricción que calentara la masa entre 13 a los 15 °C, además hay que tener en cuenta la temperatura del agua, del ambiente y de la masa madre si se va a adicionar alguna. (En la pagina 64 se muestra una tabla que ayudara a calcular la temperatura ideal del agua).
- ✓ Usar harinas que tenga un proceso oxidativo previo durante su fabricación, este proceso de da gracias a la acción del oxigeno y permitirá alcanzar todo su potencial para panificarse como volumen, elasticidad y buen desarrollo durante la cocción.
- ✓ Un sobre amasado ocasionara una sobreoxidación de la masa, ya que incorpora mas oxigeno del requerido, dañando la estructura del gluten y haciendo perder su elasticidad, permitiendo entonces que el agua que se le incorporo salga y por ende quede una masa pegajosa y brillante

FORMULACIÓN DE TEMPERATURA DEL AGUA:

Temperatura ideal de la masa	24 °C	24 °C
Factor de multiplicación	X 3	X 4
Factor de la temperatura total	72 °C	96 °C
Menos la temperatura de la harina	23 °C	23 °C
Menos la temperatura del ambiente	18 °C	18 °C
Menos la temperatura de la masa madre	n/a	22 °C
Menos el factor de fricción	13 °C	13 °C
Temperatura del agua	18 °C	20 °C

Tabla tomada del libro el pan, manual de técnicas y recetas de panadería del autor Jeffrey Hamelman

Procedimiento: al ser el factor de temperatura ideal de una masa 24 °C este se multiplicara por 3 o por 4 dependiendo el tipo de fermentación que se use, después de eso dará una temperatura a la que se le deberá ir restando temperaturas tales como las de la harina, las del ambiente, la de la masa madre y las de fricción, que por lo general es pareja para todas las amasadoras, de esta manera se tendrá la temperatura del agua ideal para el proceso de amasado y que se logre obtener una masa con una temperatura que no supere los 25 °C

Tiempo de amasado:

- Tipo de maquina amasadora: hay diferentes tipos de maquinas amasadoras y todas difieren del tipo de gancho con el que se amasa y la cantidad de revoluciones a las que opera, es por esta razón que es importante establecer una temperatura de fricción, ya que algunas causan una mayor oxidación en la masa, lo que provoca daños al producto final.
- Cantidad de producto: es importante tener en cuenta la cantidad de masa que se va a trabajar en la amasadora, a mayor cantidad, la maquina desarrolla menos gluten en la masa, pero fermentara mas rápido por el volumen del producto.
- Hidratación : esto equivale al porcentaje de agua que se le añade a la harina, hidrataciones de 50% apenas lograra humedecer la masa y retardara el desarrollo del gluten, al igual que una masa muy húmeda con un 70% pero la cual se oxidara menos y por tal motivo se podrán amasar y trabajar por mas tiempo a diferencia de las que tienen un porcentaje menor de agua.

- **Tipo de harina:** existen harinas como las integrales o centenos que tienen a desarrollar más tardíamente el gluten, a diferencia de algunas harinas de trigo blancas que lo desarrollan en menor tiempo, así mismo sucederá con los almidones o los ingredientes feculentos extra con los que se quiera enriquecer el pan que se vaya elaborar, siempre se tendrá en cuenta el tipo de producto feculento y su calidad al momento de hidratación y desarrollo de gluten, de esta manera se evitara una sobreoxidación del producto y pérdida de tiempo.
- **Adición de otros ingredientes:** hay tres tipos de ingredientes que en su adición repercuten de manera negativa en la producción de gluten, por ende es importante saber en que momento deben de ser añadidos. El primero son las materias grasas como mantequillas y aceites que impermeabilizan las cadenas de gluten y evitan su desarrollo temprano, es por eso que este tipo de ingredientes se deberán adicionar una vez se haya hecho un amasado y obtenido una masa elástica y maleable, los segundos son los azúcares que ablanda la estructura glutinosa y provoca que necesite un amasado más prolongado a una velocidad menor, y por último es la integración de productos como semillas que al momento del amasado rompen la estructura, por lo que siempre será mejor adicionarlos al final.

Fermentación : la fermentación es un proceso que comienza después del amasado, este proceso se da cuando las levaduras consumen el oxígeno incorporado y comienzan a llevar a cabo todo su proceso enzimático y metabólico que dará origen no solo a la reproducción de las levaduras y microorganismos sino a la producción de dióxido de carbono, esta fermentación se lleva a cabo en tres pasos:

Primer fermentación o fermentación en bloque: es la fermentación principal por que produce el sabor del pan y ayuda a fortalecer la estructura del gluten , se produce el volumen de la masa y su alveolación o porosidad, y es importante para fomentar una fermentación óptima que la temperatura este dentro de los 25 a 26 °C

Reposo en pieza: pasado el proceso de desgasificación, se debe de armar la masa y porcionarla, para luego reposarla sobre una lata y se deberán recubrir con un papel plástico y evitar su resecamiento en la corteza, este proceso puede tardar de 20 a 35 minutos. Lo más importante es buscar la relajación de la masa después de haberla sometido al proceso de desgasificación y porcionado.

Fermentación final: se realiza posterior al formado de la pieza, o como esta va a quedar para llevar al horno, se busca que el pan ya formado crezca y doble su tamaño, recordando que dentro del horno seguirá su proceso de crecimiento, por esta razón sería incorrecto dejar que un pan leude en exceso ya formado.

Moldeado: una vez la masa se ha porcionado se debe proceder a hacer el boleado en el cual se le dará una forma levemente redondeada que ayudara a darle mayor fuerza a la masa, estas se colocaran sobre una mesa enharinada previamente para lograr darle el reposo y así proceder a armarlas y darles la forma final, la cual estará limitada dependiendo de las características de la masa que se tenga, se pueden cortar en su superficie con ayuda de una cuchilla o cuchillo, lo que provocara una descompresión y evitar que durante el horneado el pan se pueda reventar y deformar por alguna de sus caras mas débiles o si se desea se pueden colocar dentro de moldes de aluminio u otro recipiente que los contenga, al final se deberán tapar con un paño y proceder a su fermentación final.

Horneado: el proceso del horneado conlleva una serie de secuencias de transformación que sufre el pan, desde el momento en que entra a cocción, sabiendo que la temperatura a la que esta una masa debe ser 27 °C, esta comenzara a elevarse dentro del horno, lo que conlleva a una expansión rápida, provocado por un aumento acelerado de la fermentación producido por las levaduras que comenzara a producir mas gases y por ende una expansión y crecimiento de la masa, por lo que el momento de la fermentación final tiene que ser un punto vital a vigilar, ya que un pan sobreleudado, dentro del horno seguirá creciendo y terminara deformándose o desbordándose del molde que lo contiene, además en este punto se comienza la creación de la corteza del pan, que contendrá este gas hasta cierto punto y ayudara a mantener los alveolos internos de este. Pasado este punto que culmina a los 55 °C aproximadamente comienza la gelatinización del almidón y los microorganismos van muriendo y llegando a los 60°C se logra la muerte térmica de estos, por lo que el crecimiento de las piezas de pan se vuelven mas lentas y la coagulación del gluten comienza internamente dentro del pan formando lo que se conoce como la miga del pan.

Finalmente a los 80 °C y 85°C la coagulación de almidones y gluten finaliza y comienza el proceso de coloración de la corteza del pan que se da alrededor de los 90 a 100°C, esta es la única parte del pan que puede lograr alcanzar una temperatura desde 150 a 205°C logrando formar su crocancia y tono ámbar. Es por eso que un pan se sabrá que esta en un punto optimo de cocción cuando su corteza este dorada y su interior tenga una temperatura mayor a 85°C.

Enfriado: al finalizar la cocción, el pan deberá tomar un tiempo de enfriado que ayudara a resaltar sus sabores y a estabilizar la miga, de lo contrario será un pan con poco aroma y una miga demasiado gomosa, lo ideal es que su enfriado sea de manera paulatina, durando aproximadamente entre 2 a 5 horas como mínimo.

PREPARACIONES DE PANADERIA

Manejo de prefermentos y variedad de amasijos colombianos

Para 25 porciones



Preparación: 1 hora 45 minutos

Imagen: el autor

BUÑUELOS

Ingredientes:

MASA:

- 190 g de queso costeño
- 63 g de fécula de maíz
- 63 g de almidón de yuca
- 6 g de azúcar
- 25 g de huevo
- 2,5 g de polvo de hornear
- 50 ml de leche

Para la elaboración de estos amasijos, es importante hacer un buen pesado de los ingredientes, ya que un exceso de humedad o falta de la misma puede estropear las características finales de este.

Después del pesado se dispondrá en un recipiente hondo el queso costeño junto con la fécula de maíz, el almidón de yuca, el polvo de hornear y el azúcar, se deberán mezclar y pasar nuevamente por un molino mecánico, para homogenizar e integrar todos los ingredientes, posterior a esto se deberá de colocar nuevamente la mezcla en el recipiente hondo y se hará un orificio en el centro donde se colocara la leche y el huevo, se irán mezclando poco a poco hasta integrar los ingredientes húmedos junto con los secos, luego la mezcla se colocara sobre una mesa limpia y con ayuda de la palma de la mano se procederá a resobar los ingredientes, así se formara una masa lisa y que no debe de cuartearse, esto es fácil saberlo, ya que si se hace una esfera y con ayuda de los dedos se aplasta y los bordes se llegan a romper, es que falta un poco de humedad, pero si al hacer la esfera esta se pega a las manos, habrá un exceso de humedad que deberá ser corregido adicionando un poco mas de fécula de maíz.

Cuando la masa este lista, se deberá tapar con un paño húmedo mientras se van formando poco a poco esferas de 35 g, que se irán colocando dentro de una olla con aceite a 160 °C. Pasado unos minutos los buñuelos flotaran e irán girándose solos hasta quedar completamente dorados. Se retiraran del aceite caliente y si se desea se los puede pasar por una mezcla de azúcar con canela, o simplemente servirlos inmediatamente.

Nota: tener en cuenta que si el aceite esta muy caliente puede dañar los buñuelos, deformándolos o reventándolos.

Para 24 porciones



Preparación: 2 horas 45 minutos

Imagen: el autor

EMPANADAS DE CAMBRAY

Ingredientes:

Masa:

500 g de Queso costeño
350 g de Almidón de yuca
100 g de Azúcar blanca
100 g de fécula de maíz
50 g de Mantequilla
50 g de Huevos
Agua c/n

Relleno:

250 g de bocadillo

MASA

Se deben de pesar bien los ingredientes y luego en un recipiente unificar el queso costeño, junto con el almidón de yuca, el azúcar, la fécula de maíz y llevar todo a procesar con ayuda de un molino manual, cuando los ingredientes estén mezclados, se les añadirá la mantequilla pomada y los huevos junto con un poco de agua (esta se deberá ir integrando poco a poco para evitar que la masa quede demasiado blanda).

El proceso de amasado al igual que con los demás amasijos colombianos, se debe hacer de manera manual y con ayuda de la palma de la mano se aplastara para integrar de manera homogénea los ingredientes secos junto con los húmedos, rectificar que la masa no se cuarte para luego poder estirla con ayuda de un rodillo, cortar en forma de círculos y colocar un trozo de bocadillo en su interior, doblar por la mitas y con un poco de agua sellar los bordes.

Colocar las empanadas sobre una lata de horno, y llevar a cocinar a 180°C por 35 minutos o hasta que estén doradas.

Nota: esta masa se puede rellenar no solo de bocadillo, sino también de arequipe o carnes que estén desmechadas y no tengan mucha humedad.

Para 15 porciones



Preparación: 3:00 horas

Imagen: el autor

GARULLAS

Ingredientes:

Relleno:

- 50 g de maíz trillado y precocido
- 50 g de almidón de yuca
- 60 g de harina de trigo
- 25 g huevo
- 2.5 g de sal
- 500 g de cuajada
- Suero c/n (solo si es necesario)

Tapa:

- 125 g de manteca de cerdo
- 125 g de mantequilla
- 7 g de sal
- 100 g de azúcar
- 300 g de harina de trigo
- 200 g de harina de maíz precocida
- Suero c/n

Relleno

En un recipiente colocar el maíz trillado precocido junto con el almidón de yuca, la harina de trigo, la sal y la cuajada, llevar a un molino manual y procesar la mezcla una sola vez, hasta que se logre formar una pasta a la que se le deberá añadir el huevo y se deberá resobar (estilo de fresado ver pág. 26), hasta formar una masa que no se pegue de las manos y no se rompa, esta deberá reposar por 10 minutos tapada con un paño húmedo hasta el momento de su uso. Si la mezcla queda muy seca se podrá añadir el suero

Tapa

En un recipiente hondo se deberá colocar la harina de maíz precocida junto con la harina de trigo, la sal, el azúcar y mezclar todo logrando tener una especie de arenado, al que luego se le adicionara la mantequilla y la manteca de cerdo y con ayuda de la palma de la mano se irán integrando a manera de un fresado (ver pág. 26), adicionar un poco del suero por si la masa queda muy quebradiza, ya que se busca que esta quede lisa y se pueda estirar sin que se rompa. La masa se deberá reservar 20 minutos en nevera antes de usar.

Armado

Con el relleno se hará una esfera de aproximadamente 50 g, luego con la masa de la tapa se estirara formando un circulo de 10 cm de diámetro y en el centro se colocara el relleno, se cubrirá con la tapa y se dejara el cierre de este hacia abajo, se colocara en una lata enharinada y se hornearan a 200 °C por 45 minutos o hasta que estén doradas.

Para 7 porciones



Preparación: 16 horas
Imagen: el autor

MOGOLLAS

Ingredientes:

Refresco con masa madre:

- 180 g de harina de trigo
- 108 g de agua
- 40 g de masa madre natural solidada (ver pág. 72)

Brillo o doradura:

- 25 g de yemas de huevo
- 10 g de agua
- 5 g de azúcar blanca

Masa:

- 1000 g de harina de trigo
- 550 g de agua
- 90 g de mantequilla
- 15 g de sal
- 3 g de sal
- 200 g de queso campesino de hoja
- 50 g de huevo
- 6 g de leche en polvo
- 50 g de azúcar morena

Refresco de masa madre natural solidada

Se deberá refrescar la masa mezclando primero la harina junto con el agua, para luego proceder a mezclar con la masa madre y dejarlo dentro de un recipiente tapado con un paño húmedo a 21 °C por 12 horas aproximadamente.

Brillo o doradura

Las doraduras son un elemento fácil de elaborar y que brindan una coloración y aspecto más apetecible a los productos de panadería. En este caso se deben mezclar todos los ingredientes hasta que estén homogéneos, luego se deberán tamizar para evitar la presencia de cualquier residuo o elemento no deseado, de esta manera estará lista para usar.

Masa

Se deberán colocar todos los ingredientes a excepción del queso dentro de la amasadora, y se irán incorporando poco a poco a una velocidad media baja, sin llegar a sobrepasar los 24 °C, cuando se vea la mezcla va tomando cuerpo, se le irá integrando poco a poco la masa madre junto con el queso molido, y se continuará el proceso de amasado hasta que la mezcla esté homogénea y suave, se procederá entonces a retirarla del contenedor y colocarlo dentro de un recipiente a 23°C por aproximadamente 2 horas, pasado este tiempo se deberá desgasificar la masa estirándola suavemente con las yemas de los dedos y tomándola de uno de los extremos y plegándola hacia el centro, hacer lo mismo con el otro lado y dejarla reposar por 30 minutos más, hasta lograr ver una masa que tenga fuerza y estructura.

Por último dividir la masa, armando panecillos de 90 g cada uno y formar bollos redondos, colocar sobre una lata para horno y dejar fermentar tapados con un paño húmedo por una hora aproximadamente.

Pasado el tiempo de la fermentación final, se deberán pincelar con la doradura los panes y se llevarán al horno a 190 °C por 15 minutos y luego bajar la temperatura a 170 °C hasta lograr dar color a la corteza y la temperatura interna sea de 85°C.

Para 7 porciones



Preparación: 24 horas
Imagen: el autor

PAN DE CERVEZA, QUINUA Y CHIYANGÜA

Ingredientes:

Masa:

- 1700 g de harina de trigo
- 500 g de harina de quinua
- 200 g de agua
- 400 ml de cerveza rubia
- 18 g de sal
- 8 g de levadura fresca
- 5 g de chiyangua picada

Masa

Para la elaboración de este pan, se deberán mezclar todos los ingredientes, incluyendo el poolish dentro de una mojadora o batidora, y se deberá trabajar la mezcla por un periodo de 10 minutos, luego se le deberá incorporar la sal junto la levadura disuelta en un poco de cerveza, y se deberá amasar nuevamente hasta conseguir una masa sedosa y suave. Esta se deberá dejar reposando tapada con un paño húmedo por un periodo de 60 minutos.

Pasado el tiempo de reposo, la masa se desgasificara y se porcionara en trozos de 300 g cada uno, se colocara en latas enharinadas y se tapara con un paño nuevamente, por 30 minutos como máximo. Por ultimo se dará forma a los panes, estirando con ayuda de los dedos y en una mesa con bastante harina luego se harán algunos pliegues y se boleara dándole forma ovalada . Se dejaran fermentar las piezas por 25 minutos a 27°C y apsado este tiempo se hornearan a 230°C por 15 minutos y luego se bajara la temperatura del horno a 178°C y se cocinaran por 35 minutos mas.

Nota: si se desea a los panes ya formados se les puede hacer algunos cortes con ayuda de un cuchillo filoso o una cuchilla, como se muestra en la imagen.

Poolish:

- 500 g harina de trigo integral
- 500 ml de agua
- 2 g de levadura

Poolish

Se deberá disolver la levadura previamente en el agua y luego proceder a mezclarla junto a la harina, hasta lograr una masa cremosa la cual se deberá dejar fermentando dentro de un recipiente plástico tapado con un paño húmedo por un lapso de 12 horas antes de su uso.

Para 6 porciones



Preparación: 18 horas
Imagen: el autor

PAN DE PAPA COLORADA Y AJO MACHO

Ingredientes:

Masa fermentada

- 580 g de harina de trigo
- 330 g de agua
- 8 g de sal
- 1,8 g de levadura fresca
- 48 g de masa madre (ver pág. 72)

Masa final

- 1 kg de harina de trigo
- 310 g de agua
- 20 g de sal
- 15 g de levadura prensada
- 430 g papa colorada cocida
- 4 g de pasta de ajo macho
- Masa fermentada

Masa fermentada

En una mojadora colocar todos los ingredientes a excepción de la masa madre, proceder a mezcla y formar una masa homogénea, para proceder a agregar el prefermento elaborado con anterioridad, esta mezcla deberá dejarse reposando por 14 horas a 26°C.

Masa final

Nuevamente en una mojadora, se deberán colocar todos los ingredientes y se deberá comenzar a mezclar por un periodo de 5 minutos, pasado este tiempo, se deberá ir incorporando poco a poco la masa previa ya fermentada hasta lograr tener una masa lisa y suave, terminado el proceso de incorporación de los ingredientes y la homogenización de la masa, se deberá dejar reposar por 2 horas a temperatura ambiente, recordar que para este proceso se debe tapar con un paño húmedo y cubrir con papel plástico el recipiente que contenga la masa.

Pasado el tiempo de fermentación, se deberá amasar con un poco de harina y luego se formaran piezas de aproximadamente 300 g y se les dará una forma redonda, colocar sobre una lata enharinada y cubrir con papel plástico, para dejar reposar la masa, el tiempo máximo deberán ser de 15 minutos aproximadamente.

Pasado este tiempo se moldearan los panes y se los depositara en un recipiente o molde preferiblemente de barro cocido, se cubrirán con un paño húmedo y se llevaran a reposar por 45 minutos o hasta que doblen su tamaño.

Terminado el tiempo de reposo se horneara a 220 °C por 15 minutos y luego se bajara la temperatura a 180°C, todo esto en un tiempo máximo de 40 minutos, los panes se dejaran enfriar y servirán para la elaboración de emparedados o pasabocas.

Para 15 porciones



Preparación: 20 horas

Imagen: el autor

Brioche con crema de arequipe

Ingredientes:

Masa:

- 263 g de harina de trigo
- 10 g de levadura
- 34 g de azúcar blanca
- 6 g de sal
- 132 g de huevo
- 44 g de leche
- 118 g de mantequilla
- 100 g de azúcar glas (para florear)

MASA

Para la elaboración de un pan con las características de un brioche, el cual tiene un alto contenido de mantequilla (aproximadamente un 50% del peso total) es necesario no pasar por alto algunas recomendaciones.

1. Es importante tener todos los ingredientes fríos, hasta el bowl de la mojadora en donde va a disponer los ingredientes para elaborar la masa.
2. Se deben de colocar todos los ingredientes dentro de la mojadora, a excepción de la mantequilla la cual se incorporara al final de la preparación, para así poder lograr activar el gluten de la harina y pueda incorporársele buena cantidad de aire a la mezcla.

Para su proceso de elaboración, se deberán colocar la harina previamente tamizada, junto con el azúcar, la sal, el huevo y dentro de la leche se disolverá la levadura. De esta manera se hará una fermentación directa, sin ayuda de un prefermento elaborado con anterioridad. Esta mezcla se deberá batir por un periodo de 25 minutos, para luego ir poco a poco integrando la mantequilla la cual debe de estar fría pero maleable. No es necesario aumentar la velocidad de la batidora, simplemente es ir incorporando la materia grasa de forma paulatina para que así la mezcla se homogenice.

La masa estará lista, cuando al ponerla entre los dedos se pueda estirar creando una membrana fina, cuando se logre este punto, la masa pasara a un recipiente plástico, se cubrirá con un paño húmedo y se envolverá en papel plástico, dejándola reposar toda la noche a 7°C.) para el armado de los brioche s importante desgasificar la masa, y luego porcionarla formando esferas de 70 g y otras de 25 g, se colocaran en un molde de preferencia redondo y alto, y se dispondrán en su interior la primera esfera grande de masa, y luego se le colocara la siguiente mas pequeña. Se dejaran reposar a 27°C por 20 minutos o hasta que doble su volumen, se pincelaran con el brillo de huevo y se llevaran a hornear por 30 minutos a 180°C o hasta que se logre ver una corteza dorada . Se deberán enfriar y luego con ayuda de una manga pastelera se rellenaran con la crema de arequipe, se los floreará con azúcar glas y ya se podrán servir.

Brioche con crema de arequipe

Ingredientes:

Brillo o doradura:

- 25 g de yemas de huevo
- 10 g de agua
- 5 g de azúcar blanca

BRILLO O DORADURA

Las doraduras son un elemento fácil de elaborar y que brindan una coloración y aspecto mas apetecible a los productos de panadería. En este caso se deben mezclar todos los ingredientes hasta que estén homogéneos, luego se deberán tamizar para evitar la presencia de cualquier residuo o elemento no deseado, de esta manera estará lista para usar.

Se puede distribuir sobre la superficie con ayuda de un pincel de cerda suave o con ayuda de un aerógrafo.

Relleno:

- Arequipe
- 300 g de crema de leche

RELLENO

Es importante que la crema de leche este por debajo de los 10°C para así proceder a batirla y evitar que se corte, cuando la crema este a punto de picos, se le deberá integrar el arequipe de forma envolvente hasta que la mezcla este completamente homogénea, se colocara en una manga pastelera con boquilla lisa y se deberá dejar en nevera hasta el momento de su uso.

MAQUINARIA E IMPLEMENTOS

Para la elaboración de una buena repostería, pastelería o panadería es fundamental contar con buenos equipos y herramientas que faciliten al obrador la realización de su trabajo. Es por eso que para tener una mejor distribución de estas, se dividirán en cinco secciones específicas.

ELEMENTOS QUE PROPORCIONAN FRIO

- * CONGELADORES
- * REFRIGERADORES (VERTICALES Y HORIZONTALES)
- * ULTRACONGELADORES
- * MAQUINAS PARA TURBINAR HELADOS

ELEMENTOS QUE PROPORCIONAN CALOR

- HORNOS (CONVENCIONALES, DE CONVECCION Y ROTATORIOS)
- CAMARAS DE FERMENTACION
- TREN DE FUEGOS

IMPLEMENTOS ELECTRONICOS

- ◆ BATIDORAS DE PEDESTAL Y MANUALES
- ◆ TURMIX, LICUADORAS, THERMOMIX
- ◆ MOJADORAS
- ◆ BALANZAS Y GRAMERAS DE RPECISION

MAQUINARIA E IMPLEMENTOS AUXILIARES

- ✓ MESAS DE TRABAJO (ALUMINIO, ACERO Y MARMOL)
- ✓ MOLDES (ALUIMINIO, SILICONA Y POLICARBONATO)
- ✓ OLLAS, SARTENES, Y RECIPIENTES DE COCCION
- ✓ OTROS (ESPATULAS, CUCHILLOS, MANGAS, BOQUILLAS, TAMICES, RODILLOS, ESCURRIDORES, SOPLETES, BATIDORES DE GLOBO, CORTADORES)

ELEMENTOS DE ASEO

- ⇒ LAVATRASTES Y FREGADEROS
- ⇒ LAVAMANOS DE PEDESTAL
- ⇒ INSUMOS DE ASEO (DESENGRANTES, DESINFECTANTES,

ELEMENTOS QUE PROPORCIONAN FRIO

CONGELADORES

Su temperatura de trabajo es de 0 a -20°C , permite almacenar gran variedad de productos como cárnicos, pulpas de frutas, hielo, productos de heladería y postres congelados, masas pre elaboradas y algunas precocidas. En el mercado se encuentran de forma vertical como muestra la imagen u horizontales, tiene la desventaja de crear macrocristales en el producto que al final provocan cambios físicos en el mismo, por la ruptura de las fibras y produciendo también pérdida de los jugos sobretodo en los cárnicos



REFRIGERADORES (VERTICALES Y HORIZON- TALES

Su temperatura de trabajo es de los 8°C a los 0°C , sus usos son para almacenar productos lácteos como cremas, leches, quesos, yogures, además de otros productos tales como frutas, masas, postres en base de gelatinas como mousses o bavaroise. Al igual que los congeladores existen refrigeradores verticales u horizontales.



ULTRACONGELADORES

Su temperatura esta entre -18°C a -40°C , proporciona la facilidad de enfriar los productos de manera mas rápida optimizando el tiempo de trabajo y evitando la macrocristalizacion del agua en la superficie del producto, pudiendo elaborar postres ultracongelados que posteriormente serán glaseados o texturizados en base de colorantes y manteca de cacao.



**MAQUINA PARA TURBINAR
HELADOS**

Maquina que permite la creación de postres helados como sorbetes y gelatos, funciona en base de un tazón congelador el cual contiene un líquido congelante en una pared con doble aislamiento, para un congelamiento uniforme y rápido este se debe llevar a ultracongelador por 2 horas y luego se podrá adicionar la mezcla dentro de este y así comenzar el proceso de turbinado.



ELEMENTOS QUE PROPORCIONAN CALOR

**HORNO CONVENCIONAL
DE DOS CAMARAS**

Horno con función a gas y sistema digital de programación, sirve para el horneado tanto de productos cárnicos, panadería y repostería. Elaborado en acero inoxidable y un piso de piedra refractaria que permite la cocción de pizzas. Se caracteriza por tener de dos a seis cámaras que facilitan la producción en masa.



HORNO COMBI

Este tipo de hornos reparten el calor de forma uniforme a través de ventiladores, se puede además cocinar diferentes productos a la vez, permite tener varias funciones y grabar programas de cocción. Además combina calor seco, húmedo y mixto.



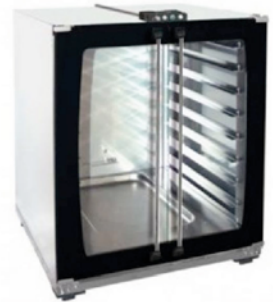
HORNO ROTATORIO

El calor se da por medio de tubos que producen radiación y que se reparte por cámaras el calor. Su estructura es en acero inoxidable con temporizador y cocción programable, posee un sistema de vaporización, y por medio de la rotación logra que el calor sea uniforme y por ende favorezca a una cocción mas pareja de los productos. Se usa principalmente en panaderías donde se hace producción a diario y en volumen



CAMARA DE FERMENTACION

Por lo general se usa para adelantar procesos de panadería, logrando fermentar los productos de forma mas eficaz, trabaja por resistencias las cuales calienta una bandeja con agua, creando un ambiente de calor húmedo, que puede ir de los 20 a los 70 °C, dependiendo de las necesidades. Es recomendable tener cuidado sobretodo en productos de bollería con alto contenido graso, ya que el vapor podría llegar a deformar el producto.



TREN DE FUEGOS O COCCION

Se caracteriza por tener diferentes elementos de cocción tales como estufas, gratinadores, freidoras, planchas y parrillas. Facilitando así todos los procesos de cocción y la cadena de producción.



IMPLEMENTOS ELECTRONICOS

BATIDORAS DE PEDESTAL Y MANUALES

Ayuda en la elaboración de diferentes masas, cremas o batidos, se caracteriza por estar provista de un batidor de globo (airear) una lira o pala (cremar) y un gancho (masas pesadas o de pan). Existen batidoras de pedestal y manuales que sirven para trabajos mas livianos.



TURMIX

Herramienta que sirve para mezclar, emulsionar, batir y triturar elementos blandos y semi blandos, se constituye de un motor y dos cabezales uno batidor y el otro trituradora con dos cuchillas de acero inoxidable



LICUADORA

Ayuda en la extracción de zumos de frutas y vegetales, mezcla y emulsiona, de esta manera se pueden hacer salsas, jugos, frapes, entre otras cosas



THERMOMIX

Es considerado un robot de cocina con múltiples funciones en las que puede mezclar, triturar, procesar y cocinar alimentos, tiene pantalla táctil y cuenta con un varómetro que permite controlar la temperatura



MOJADORA

Maquina de un solo brazo en acero inoxidable con dos velocidades que ayuda a la incorporación de los diferentes ingredientes secos con los húmedos, sirve para elaborar gran variedad de masas principalmente panes y productos de hojaldre, existen de diferentes capacidades dependiendo del trabajo que se requiera.



GRAMERAS Y BALANZAS DE PRECISION

Sirven para pesar toda clase de ingredientes y poder realizar las preparaciones de forma mas precisa, existen diferentes versiones pero las mejores son las digitales. Es importantes hacerles mantenimientos periódicos ya que muchas veces con el trabajo continuo tienden a descalibrarse.



MAQUINARIA E IMPLEMENTOS AUXILIARES

MESAS DE TRABAJO

Las mesas de trabajo son elaboradas hoy en día en acero inoxidable lo que permite su limpieza y desinfección, deben ser lisas, poseen rodachines que les permiten moverlas y acomodarlas según las necesidades, y otras están compuestas por refrigeradores o entrepaños en la parte de abajo.



MOLDES DE ALUMINIO PARA BIZCOCHOS

Sirve para la elaboración de todo tipo de bizcochos, vienen en diferentes formas y en algunos casos son de silicona los cuales desmoldan mucho más fácilmente, recordar que todo molde debe ir abrillantado con alguna grasa y enharinado para que despegue más fácilmente el biscocho que se hornea.



MOLDES PARA TARTAS

Se caracteriza por ser estriados lo que le da la forma característica a las tartas y tartalelas, por lo general vienen en aluminio con una base desmontable que facilita la salida del producto recién horneado.



MOLDES PARA CAKE

Especiales para cocer plumcakes, terrinas y puddings, vienen en aluminio y silicona, sus dimensiones son de 25 x 12 cm. Es importante que el molde sea de un material grueso, así la cocción será más uniforme y su durabilidad mayor.



AROS METALICOS

También denominados cinturas, son de aluminio o acero inoxidable, sirve para la elaboración de tartas, mousses congeladas, semifríos, etc...



LATAS PARA HORNEAR

Sirven para almacenar productos preparados, cocer bases de bizcocho, hay de varias medidas pero no pueden sobrepasar los 3 cm de alto.



MOLDE PARA SAVARIN

También se lo conoce como molde corona, sirve para la cocción de budines, flanes o savarines, los cuales son una especie de bizcochos en base de levadura que se humedecen en un almibar. Este tipo de moldes ayuda a que se haga una cocción mas rápida y homogénea gracias a que tiene un centro cónico.



MOLDE DE SILICONA

Los moldes de silicona son aptos para llevarlos al horno 230 °c y a ultracongelación -60°C, además de que evita que se deba engrasar o enharinar el molde, siendo mas fácil despegar la preparación después de haberla horneado.



MOLDE DE POLICARBONATO

Moldes usados principalmente para la elaboración de chocolates, el policarbonato proporciona mayor brillo a la cobertura, además distribuye el calor del chocolate mas uniformemente, al ser trasparente permite vigilar cuando los chocolates han despegado ya del molde.



TAPETES DE SILICONA

Son perfecto para llevar al horno, además de que soportan bajas temperaturas, los hace un elemento muy versátil. Evita que los productos que se les coloque se adhieran y de esta manera se protegen también las bandejas de horno .



CORTADORES

Pueden llegar a ser lisos, acanalados, o de diversas formas que sirven para cortar pastas y poder llegar a decorar. Son principalmente de aluminio o plástico.



BOQUILLAS

Vienen de diferentes formas y tamaño, sirve para la elaboración de elementos decorativos sobre pasteles, escudillar o dar forma a masas como los profiteroles y para la elaboración de emplatados.



BATIDORES DE GLOBO

Se consiguen de diferentes materiales, como aluminio, nailon o fibra de bambú, sirve para mezclar, airear, emulsionar. También se lo denomina batidor francés.



CEDAZOS Y COLADORES

Es usado como filtro o escurridor, ayudando a separar alimentos líquidos de sólidos o limpiar un producto de grumos o impurezas, existen coladores en forma cónica (chinos), debe verificar siempre el diámetro de los agujeros y el receptáculo para ver la cantidad que le puede llegar a caer de producto.



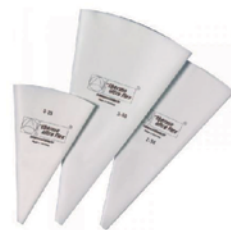
ESPÁTULAS DE SILICONA O LENGUAS

Elaboradas en mango de plástico y cabeza de silicona aplanada, sirve para mezclar y recoger productos aireados, cremosos o untuosos, es por eso que se le denomina también miserable o lengua.



MANGAS PASTELERAS

Sirve para escudilla o darle formas a las masas sobre las latas o moldes, ayuda a decorar y se le pueden acoplar diferentes boquillas según la necesidad, existen de diferentes materiales como nilón, tela, plástico y las de un solo uso o desechables.



ESPÁTULAS PASTELERAS

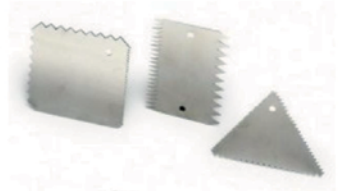
Sirven para, mezclar, remover, esparcir y alisar coberturas sobre pasteles. Existen de diferentes tamaños y formas, desde lisas, con cierra, con codo (usadas para trasladar pasteles o entremets)



MEDIDORES DE LÍQUIDOS Sirve para medir elementos líquidos como leche, agua o aceites, viene de diferentes medidas desde 1/4, 1/2 y 1 lt



PEINES Pueden ser de pvc o metálicos, tienen diferentes formas y su principal función es decorar sobre las cremas.



PINCELES Y BROCHAS PARA ABRILLANTAR Su uso principal es para pintar platos, abrillantar panes o carnes o hacer napados. Hay de diferentes materiales, como silicona o nilón. Y los mangos vienen desde madera hasta plásticos o de aluminio.



PELADORES Sirve para retirar las pieles de frutas y algunos tubérculos, también para laminar, vienen diferentes formas pero su uso siempre será el mismo.



RODILLOS Sirve para estirar y adelgazar masas, vienen de diferentes tamaños y algunos son lisos, otros acanalados o con formas grabadas, todo depende del uso que se le vaya a dar.



TERMOMETROS Sirve para medir la temperatura de productos como merengues, jarabes o productos cárnicos o panificación, hay versiones digitales de punzón como el de la foto, otros laser, y miden desde 0° hasta 250°C



TIJERAS Facilita la elaboración de cortes, porcionamiento, algunas sirven para retirar o cortar cartilagos, entre otros usos.



RALLADORES

Utensilio empleado para cambiarle la textura a un producto dejándola mas fina , algunos tienen la función de rallar y laminar, y por lo general están elaborados en acero inoxidable para permitir su mejor limpieza y desinfección



OLLAS Y SARTENES

Sirven para calentar y preparar alimentos, pueden ser en acero inoxidable, cobre, aluminio, cerámica, vidrio templado o en materiales antiadherentes.



SOPLETES O QUEMADORES

Utensilio que crea una llama a mas de 1000 °C mediante una combustión a gas, sirve para finalizar acabados en postres, gratinar, caramelizar, calentar superficies para desmoldar mas fácilmente un producto, flambear y asar.



RASQUETAS O CORNETS

Sirve para la elaboración de sablage, recoger masas, porcionar o limpiar, se pueden encontrar en plástico flexible o rígidas en acero o aluminio



CUCHILLOS

Dependiendo del cuchillo tiene múltiples funciones como deshuesar, porcionar, rebanar, filetear, hermohear. Las hojas de los cuchillos se hacen en base de acero inoxidable, al carbono, cerámica o hierro. Sus mangos son en nilón, madera o fibra de carbono.



SIFÓN

Es un implemento de cocina que sirve para airear preparaciones en base de albuminas, cremas de leche o gelatinas en mousses o espumas. Funciona a base de la inserción de capsulas de NO2 o dióxido de nitrógeno, hace parte de los elementos de la cocina de vanguardia y ayuda no solo a mejorar la presentación en los platos sino dar nuevas texturas.



ELEMENTOS DE ASEO

LAVASTRATES O FREGA- DERO

Son elementos que se fabrican en acero inoxidable para evitar su corrosión, su principal función es lavar todo el menaje, cristalería, algunos cuentan con una o dos cubetas para facilitar todo el proceso de limpieza, lavado y secado



LAVAMANOS DE PEDES- TAL

Al igual que los lavatrastes son de acero inoxidable, cuentan con un pedal en la base para que sea más fácil la extracción del agua y que el manipulador no se contamine las manos tocando manijas o perillas.



JABONES LIQUIDOS DES- ENGRASANTES INDUS- TRIAL

Sustancias químicas diseñadas para la eliminación de impurezas y la limpieza, es importante que no tengan aromas ya que podrían contaminar los alimentos modificando sus características organolépticas.



DESENGRASANTES

Los desengrasantes son productos de limpieza que ayudan a la eliminación de restos de grasas, y aceites que se acumulan sobre las superficies de trabajo, campanas extractoras o elementos de trabajo como ollas y sartenes. Los desengrasantes evitan la corrosión y mejoran el aspecto de las superficies



DESINFECTANTES

Son productos químicos que se usan para la destrucción de microorganismos sobre superficies de trabajo o para terminar de higienizar las manos de los manipuladores de alimentos. Son útiles y de suma importancia dentro de las cocinas para mantener la inocuidad.



BIBLIOGRAFIA

- HAMELMAN, Jeffrey. .El Pan. Manual De Técnicas Y Recetas De Panadería . 2 ed. España.:Artesa Ediciones , 2013. 487 p.
- GAVIRIA ARBELÁEZ, Carlos. .Técnicas Profesionales De Cocina Colombiana. 1 ed. Colombia.:Universidad De La Sabana , 2016. 761 p.
- MAICENT MOREL, Michel. .La Cocina De Referencia . Manual Para Profesores, Estudiantes Y Profesionales . 1 ed. México .:Editorial Limusa, 2010. 616 p.
- WRIGHT, Jeni. y TREUILLÉ, Eric . Le Cordon Bleu Complete Cooking Techniques. 1 ed. Barcelona.:Editorial Blume, 2008. 352 p.
- MCGEE, Harold. .La Cocina Y Los Alimentos . Enciclopedia De La Ciencia Y La Cultura De La Comida. 2 ed. Barcelona.:Editorial Debate , 2007. 941 p.
- ORDOÑEZ, Carlos. .Gran Libro De La Cocina Colombiana . 1 ed. Colombia .:Editorial Circulo De Lectores, 1984. 225 p.
- MORENO BLANCO, Lácýdes. .Diccionario De Vozes Culinarias. 1 ed. Colombia .:Editorial Universidad Externado , 2008. 610 p.



InvestigArte

Unicomfaucauca

El grupo de investigación "InvestigArte" de Unicomfaucauca, adscrito a la Facultad de Humanidades, Ciencias Sociales, Artes y de la Educación, se constituye como un escenario de práctica gastronómica dedicado a la investigación interdisciplinaria, a partir del cual, se aborda el arte desde la dimensión cultural, con base en ejercicios de experimentación y creación bajo el contexto de la tradición, la vanguardia y la reflexión crítica de la expresión estética de la alimentación.

Su principal interés es contribuir con el desarrollo de una identidad cultural basada en la interacción entre las diferentes técnicas artísticas y estéticas alrededor de la práctica alimentaria en todas sus dimensiones, logrando un grupo dinámico, vivo y con un espíritu emprendedor.

Esta cartilla de panadería y repostería colombiana presenta los conceptos y técnicas base. Es así, como se crea un modelo de referencia no solo para los estudiantes sino también para todo aquel que esté interesado en el conocimiento de los dulces y los panes más representativos de Colombia y el Cauca y con base en ello, desarrollar e innovar propuestas que enriquezcan la gastronomía del país, recordando que esta es una de las más variadas a nivel no solo de preparaciones sino de ingredientes. Por esta razón, la presente cartilla hace mención a uno de los elementos más significativos como son los dulces y los productos de panificación y amasijos, preparaciones típicas que acompañan la mayoría de los momentos cotidianos, festejos o eventos sociales en donde la familia colombiana se reúne y comparte toda esa tradición oral transmitida de generación en generación y que hace parte del acervo gastronómico e identitario.



ISBN: 978-958-56791-8-4



9 789585 167918 4