

TALLER DE PAN Y CHURROS – ASOCEPA – 30 DE ABRIL DE 2014

Estupendo taller de pan el realizado el pasado día 30. Muy participativo y todo salió a la perfección a pesar de no contar con las instalaciones y medios adecuados para su realización.

Solventamos muchas dudas y sobre todo compartimos un rato muy agradable con todas las familias que participaron. Al final hicimos una chocolatada con los churros que hicimos en el taller.



Hicimos varias recetas:

- Panecillos “Preñaos” con sobrasada
- Panecillos crujientes
- Pan de molde con la técnica del Tang Zhong
- Pan de molde de matalahúva sin huevo y sin leche y con semillas de amapola
- Churros



Tengo que dar las gracias a Famalap (Marisa), por compartir su conocimiento sobre el comportamiento de las distintas harinas y experiencia de tantos años de pruebas y más pruebas.

PANECILLOS CRUJIENTES Y PANECILLOS “PREÑEOS”



PAN DE MOLDE SIN HUEVO Y SIN LECHE

PAN DE MOLDE CON TANG ZHONG

DE ANA ACOSTA





PAN SIN GLUTEN, SIN LECHE Y SIN HUEVO EN PANIFICADORA LIDL (Ana Acosta)

- 450 agua tibia
- 20 ml aceite de oliva
- 1 Cucharada de vinagre
- 250 gr. harina Beiker
- 150 gr. harina Proceli
- 50 gr. harina de garbanzos o trigo sarraceno o millo
- 1 cucharada de azúcar + 1/4 de levadura fresca (a un lado de la cubeta)
- Sal al gusto (en el lado contrario de la cubeta)

Programa 5 Rápido. Cuando la máquina pite, añadir frutos secos, o lino molido, o matalahúva... Al gusto.



Panecillos crujientes sin gluten CON y SIN LEVADURA (Famalap)

- 250 ml agua, leche o mitad y mitad
- 2 cucharadas de aceite oliva
- Una pizca de sal
- 150 gr harina proceli
- 100 gr harinas "integrales" al gusto (Yo usé 40 gr. arroz, 30 gr almidón agrio de mandioca y 30 gr de trigo sarraceno)
- 1 cucharadita de levadura seca de panadero (se puede hacer también SIN levadura, en ese caso agregamos 1 sobre de gasificante)

Elaboración

- Echamos en amasadora todos los ingredientes y mezclamos hasta obtener una masa homogénea.
- Formamos los panecillos como más nos gusten
- Podemos ponerles rellenos dentro (nosotros hicimos una tanda de ellos rellenos de sobrasada)
- Pintamos con aceite y poner semillas por encima al gusto.
- Los panecillos que llevan levadura, NO hace falta dejarlos leudar.
- Hornear con el horno caliente a 180º unos 40- 45 minutos (dependiendo del tamaño de los panecillos)



Panecillos CON levadura panadero, arroz integral, sarraceno y teff



Pan de Molde con la técnica del Tang Zhong (Fernando Domínguez)

¿Qué es el Tang Zhong?

Pues no es más que una mezcla de agua (o leche) y un 20% o 30% de harina calentada a 65°C removiendo constantemente durante 2 o 3 minutos, para que no salgan grumos. Se deja enfriar y luego se añade al resto de ingredientes de nuestro pan y hace que la masa absorba mayor cantidad de líquido por la gelatinización de los almidones y así, obtenemos un pan de miga jugosa mucho más elástica y consistente, sobre todo para el pan sin gluten que suele desmigarse mucho.



Ingredientes para el Tang Zhong:

Para este pan he usado 160 ml de leche + 40 gr de harina de arroz.

Ingredientes:

✓ 640 gr. De harina

Opción 1: 500 gr proceli + 100 gr harina de arroz + 40 gr mandioca (esta es la que hicimos en el taller)

Opción 2: 400 gr proceli + 100 gr harina de arroz + 40 gr mandioca + 40 gr harina de Teff + 60 gr Harina de Trigo Sarraceno + 30 gr de Psyllum.



- ✓ 40 gr leche en polvo
- ✓ 40 gr de azúcar o miel
- ✓ 5 gr de sal (según guste más o menos salado añadir un poco mas)
- ✓ 10 gr de levadura seca de panadería
- ✓ 50 gr de manteca o mantequilla a temperatura ambiente
- ✓ 1 huevo
- ✓ ½ cucharada de goma xantana
- ✓ Líquido (se puede usar agua o leche) Para la opción 1 = 500ml o para la opción 2 = 600ml

Se ponen en la panificadora los líquidos, luego los sólidos y encima el Tang Zhong. Yo lo amaso en el programa rápido (el 5 en la panificadora Silver Crest) y luego lo dejo levar 1 hora hasta que crece hasta más del doble de su tamaño. Luego se hornea durante 1 hora con tostado medio.



© Fernando Domínguez



Churros

- 500 gr. de harina schar mix b o de harina beiker
- 500 ml de agua
- Sal al gusto.
- Azúcar glas para espolvorear por encima

Se hierva el agua y cuando hierva se mezcla con la harina y la sal.

Se introduce la masa en una churrera y se forman los churros, bien directamente sobre aceite directamente, bien sobre una bandeja para congelar y freír cuando apetezca.

