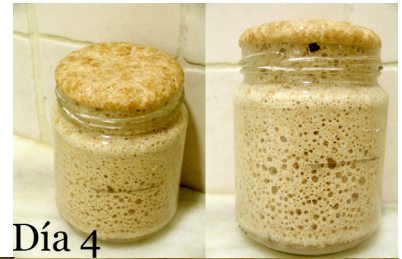


CURSO DE PAN ARTESANO
Ibán Yarza



Día 4



Propósito e índice

Este curso pretende adentrarse en el mundo del pan hecho de manera artesanal. Se enseñarán técnicas y procedimientos de panificación tanto básicos como avanzados junto con aclaraciones sobre las diferencias entre los distintos ingredientes y materiales. Hay que reseñar que todas las recetas irán acompañadas de explicaciones científicas, históricas y culturales sobre el contexto de cada pan.

A lo largo de 5 sesiones se elaborarán desde panes rústicos o "de pueblo", hasta bollos y masas dulces, así como especialidades de todo el mundo, como la ciabatta, baguette o panes escandinavos.

Partiendo de un lenguaje sencillo, sin tecnicismos ni complejas fórmulas, se irá profundizando en los procesos y métodos del mundo de la panificación. De esta manera, el alumno llegará a entender lo que sucede en cada paso de la elaboración del pan.

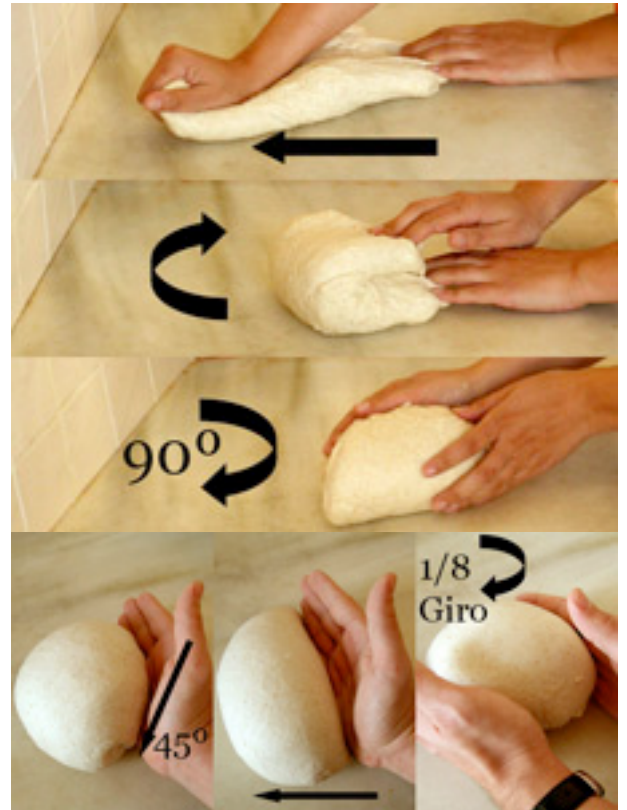
Sesiones

1. a. Ingredientes y técnicas (elaboración de masa madre)
 b. Pan rústico
2. a. Masas dulces (bollos, brioche)
 b. Pan de molde
3. a. Panes nórdicos/centroeuropeos (centeno)
 b. Panes con otros ingredientes (patata, granos, líquidos)
4. a. Masas ligeras (ciabatta/baguette)
 b. Panes rápidos (pan de soda, nan)
5. a. Panes planos (escandinavo, pita)
 b. Panes Festivos

1.a. Ingredientes y técnicas

Esta primera lección se dedicará a aclarar los conceptos básicos de panadería. Se explicarán los ingredientes más comunes, desde las diferentes levaduras hasta los tipos de harina que mejor se adecúan a las diferentes recetas. Se prestará especial atención a qué es la fermentación; como ejercicio práctico se elaborará una levadura natural, masa madre, que servirá para las siguientes clases.

También se explicarán tanto los materiales y aparatos necesarios para la panificación, como las técnicas básicas de amasado y la manera de manejar y dar forma a los diferentes panes.



1.b. Pan rústico

En esta lección elaboraremos pan de la manera en que se ha hecho desde hace siglos, sin levadura comercial. Se elaborará un pan "de pueblo" con una textura rústica y un sabor profundo; totalmente diferente al pan que se encuentra en los supermercados. Un pan de larga fermentación que recupera la mejor tradición panadera de nuestros antepasados.

Los alumnos podrán poner práctica las técnicas de amasado y formado aprendidas en la primera lección.

Como complemento teórico, se explicarán las características e implicaciones de las largas fermentaciones.



2.a. Masas dulces (bolos, brioche)

En esta lección prestaremos atención a los panes dulces. Desde las masas dulces que acompañan a alimentos salados hasta las masas que crean clásicos como el suizo o el brioche.

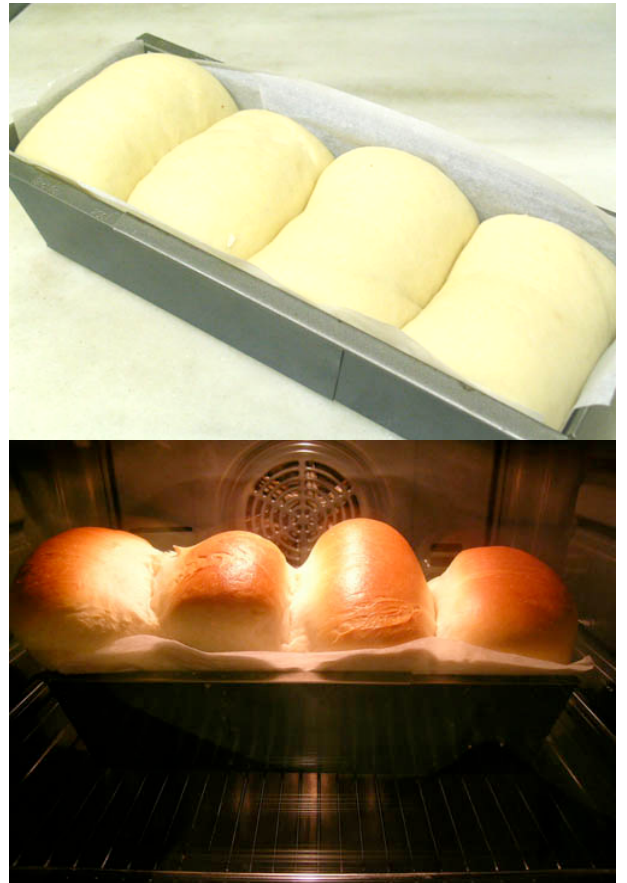
Elaboraremos delicadas masas enriquecidas con mantequilla, huevos y leche para crear deliciosos dulces.



2.b. Pan de molde

Como acompañamiento a la lección sobre masas dulces, y como contrapunto a la sesión sobre el pan rústico, en esta lección aprenderemos a elaborar suaves y ligeros panes de molde con una miga tierna y esponjosa.

Se explicará tanto la elaboración de panes de leche como panes de molde con fermento previo, de más cuerpo y sabor.



3.a. Panes nórdicos/centroeuropeos

En esta lección nos adentraremos en una de las mejores tradiciones panaderas del mundo: la del centro y norte de Europa. Aprenderemos algunas de sus técnicas y los diferentes fermentos que se usan para la elaboración de panes recios y sólidos, llenos de sabor. En esta lección abandonaremos el trigo y nos adentraremos en las peculiaridades de la panificación con centeno, tan típica en la panadería alemana o sueca.

Elaboraremos panes clásicos, como el Mischbrot alemán, y panes impregnados del sabor de las especias, tradicionales en Escandinavia. La lección se completará con consejos y recetas para disfrutar de este tipo de panes.



3.b. Panes con otros ingredientes (patata, granos, líquidos diversos)

En esta lección, después de habernos familiarizado con los aspectos básicos de la panificación, trataremos de ampliar los horizontes demostrando cómo el mundo del pan no se agota en las diferentes harinas.

Se explicará la panificación con ingredientes sorprendentes como especias, patata, granos y frutas, así como con todo tipo de líquidos: vinagre, vino o cerveza.



4.a. Masas ligeras (ciabatta / baguette)

Después de los densos panes centroeuropeos, miraremos hacia Italia y Francia para elaborar masas ligeras y con una textura abierta, como la ciabatta o la baguette. Aprenderemos a elaborar y manejar masas líquidas, con mucho contenido en agua, que crearán panes de miga alveolada, con grandes agujeros.

En esta clase trabajaremos tanto con masa madre como con levadura comercial y explicaremos sorprendentes técnicas para sacar todo el sabor a una baguette.



4.b. Panes rápidos (nan, pan de soda)

En esta lección explicaremos como hacer panes de preparación y horneado rápido. Explicaremos cómo culturas tan distantes como la india o la irlandesa producen excelentes resultados con breves periodos de fermentación y preparación.

Elaboraremos un pan tradicional indio, el naan; y el pan nacional irlandés, el “soda bread”. También veremos cómo improvisar pan en poco tiempo, o con ingredientes y equipamiento reducido.



5.a. Panes planos (escandinavo, pita)

En esta clase viajaremos desde Escandinavia al Mediterráneo para aprender a elaborar panes de poco volumen, panes planos. Veremos diferentes técnicas para elaborar panes que son el acompañamiento perfecto de muchos platos; a veces son el propio plato.

Elaboraremos el tradicional pan crujiente escandinavo (knäckerbröd) así como el popular pan de pita o el aromático y dulzón pan de Marruecos.



5.b. Panes Festivos

En esta última clase veremos como el pan va ligado desde antaño a las diferentes fiestas, tradiciones y costumbres. Así, nos acercaremos a panes que, por sus ingredientes, estacionalidad o forma, juegan un papel destacado dentro de las diferentes celebraciones, tanto próximas como lejanas.

Para esta clase se explicará como hacer varios panes festivos, desde un roscón de reyes a panes de otras culturas, como la challah o el stollen. Todo ello rodeado de explicaciones sobre su contexto cultural.

