

CÓMO HORNEAR PAN (ESTILO ALEMÁN / AUSTRIACO)

El pan que hornearás es un "pan rústico" típico como el que hacemos aquí en Austria y en las regiones del sur de Alemania.

Las instrucciones en este pdf son mínimas.

En este video explico cada paso con gran detalle:

<https://youtu.be/iya9k1CKBMQ>



Antes de empezar a hornear, ten en cuenta:

- Todos los tiempos son estimados y pueden variar. Sigue los consejos que te doy en el video (por ejemplo, consistencia correcta, prueba de punción, prueba del golpe, etc.).
- Siempre mido en gramos y he usado las siguientes conversiones: 100 g de agua = 1/2 taza, 125 g de harina = 1 taza. Las medidas pueden variar según los ingredientes, p.ej. el tipo de harina utilizada. Comprueba que la masa tenga la consistencia adecuada (como muestro en el video) y ajusta los ingredientes si es necesario.
- El agua que uses debe ser agua potable.
- Asegúrate de que la masa madre esté buena para consumir (sin moho, olor extremo, etc.). En caso de duda, comienza de nuevo con una masa madre fresca.
- Y no olvides: si tienes alguna pregunta o problema, no dudes en preguntar en los comentarios. Intentaré ayudar en lo que pueda. :)

Empieza la masa madre

Día 1: 50 g (0,11 lbs o 1/4 taza) de agua + 50 g (0,11 lbs o 1/3 taza) de harina de centeno

Día 2: Añadir 50 g de agua + 50 g de harina

Día 3: Añadir 50 g de agua + 50 g de harina

Día 4: Añadir 50 g de agua + 50 g de harina

Día 5: La masa madre activadora esta lista

Cuida de tu masa madre

Si horneas cada 7 a 10 días, no necesitas hacer nada más. Simplemente saca un poco de la masa madre después de que haya madurado (antes de comenzar con la masa de pan) y póngala en la nevera para guardarla para la próxima vez.

Si no estás horneando más pan en los próximos 7 a 10 días, necesitarás alimentar tu masa madre o morirá.

Para alimentar tu masa madre, toma una cucharada generosa de la masa madre activadora, mézclala con 50 g de harina (de centeno) y 50 g de agua. Déjala afuera durante unas 6 horas y luego vuelve a colocarla en la nevera.

Aprende lo básico: Pan de Levadura

- 500 g (1,1 lbs o 4 tazas) de harina de trigo
 - 320 g (0,7 lbs o 1 1/2 tazas) de agua (potable)
 - 15 g (0,033 lbs o 1 cucharada) de sal
 - 2 g (0,0044 lbs o 1 cucharada) de levadura seca, o 5 g (0,011 lbs o 2 cucharadas) de levadura fresca)
1. Mezclar agua y harina, hacer una masa y dejar reposar de 60 a 90 minutos.
 2. Añadir la levadura y la sal y amasar durante 15 minutos.
 3. Dejar la masa crecer durante 2 horas o hasta que casi haya duplicado su tamaño. Doblar la masa cada 30 minutos.
 4. Formar un pan.
 5. El segundo crecimiento de la masa: después de una hora o hasta que la masa casi haya duplicado su tamaño (¡haz la prueba del pinchazo!).
 6. Precalentar el horno y la bandeja para hornear a 250 °C (475 °F).
 7. Hornear a 250 °C (475 °F) durante 15 minutos. Luego, reducir la temperatura a 220 °C y hornear el pan durante otros 30 a 35 minutos (¡haz la prueba de golpeo!).

Masterclass: Pan de Masa Madre

Para hacer un iniciador de masa fermentada activadora:

- 100 g (0,22 lbs o 3/4 taza) de harina de centeno
 - 100 g (0,22 lbs o 1/2 taza) de agua
 - 1 cucharada generosa llena de tu masa madre
1. Mezclar y dejar reposar a temperatura ambiente de 6 a 8 horas.
 2. Retirar una cucharada grande de masa madre y guárdala para el próximo horneado (guárdala en la nevera hasta el próximo horneado, no olvides alimentarla si no la usas regularmente, mira mis consejos sobre cómo mantener viva tu masa madre).

Masa:

- Iniciador de masa madre activadora
- 300 g (0,66 lbs o 2 1/3 tazas) de harina de centeno
- 200 g (0,44 lbs o 1 2/3 tazas) de harina de trigo
- 15 g (0,033 libras o 1 cucharada) de sal
- 300 g (0,66 lbs o 1 1/2 tazas) de agua tibia
- Opcional: Levadura

1. Añadir todos los ingredientes y amasar por 5 minutos.
2. Tapar el recipiente y dejar la masa crecer a temperatura ambiente durante unas dos horas o hasta que se quede al doble de tamaño. Si no has agregado levadura, puede tardar dos o tres veces más tiempo si tu iniciador es muy débil.
3. Dar forma al pan y colócalo en un bote (o canasta de fermentación).
4. Dejar crecer durante 30 minutos.
5. Precalentar el horno y la bandeja para hornear a 250 °C (475 °F).
6. Hornear a 250 °C (475 °F) durante 20 minutos, luego reducir la temperatura a 220 °C (425 °F) y hornear durante otros 30-35 minutos.

Receta Extra: Galletas Saladas de Masa Fermentada

Si no horneas regularmente, debes alimentar tu masa madre (ver video). En este caso, te quedarán algunas sobras de masa madre. Si no quieres tirarlas, aquí tienes mi receta favorita para aprovechar los restos de masa madre:

- Restos de masa madre
- 1 cucharada de mantequilla blanda
- Sal
- Un poco de harina (depende de la cantidad de masa madre utilizada)

Mezclar la mantequilla, un poco de sal, la masa madre y añadir tanta harina como necesites hasta formar una bola. Estirla y cortarla en cuadrados. Si te gusta, puedes rociarla con un poco de agua y agregar semillas de sésamo o hierbas (como orégano o romero). Hornear a 180 °C (350 °F) durante unos 20 - 25 minutos.

PD: En las galletas, la masa madre sirve como potenciador del sabor, por eso me salto el proceso de fermentación.