

**Dirección editorial**

Jordi Induráin

**Coordinación de la edición**

Àngels Casanovas

**Corrección**

Àngels Olivera

Con la colaboración de Rafael Carrasco

**Diseño de interiores y de cubierta y maquetación**

Isaac Gimeno (lanada.org)

© **Sylvain Vernay**, por los textos y las fotografías

© **2021 LAROUSSE EDITORIAL, S.L.**

c/ Rosa Sensat, 9-11, 3.ª planta

08005 Barcelona

Tel.: 93 241 35 05

larousse@larousse.es - www.larousse.es

facebook.com/larousse.es - @Larousse\_ESP

**Primera edición**

Octubre de 2021

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes plagieren, reprodujeran, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte y en cualquier tipo de soporte o a través de cualquier medio, una obra literaria, artística o científica sin la preceptiva autorización.



PAPEL DE FIBRA  
CERTIFICADO

ISBN: 978-84-18473-98-2

Depósito legal: B-10180-2021

1E11

# AMASANDO CON SYLVAIN VERNAY

## PANADERÍA Y REPOSTERÍA EN CASA

# LAROUSSE

[gourmetier.com](http://gourmetier.com)

# SUMARIO

Presentación — 7

---

## PANADERÍA

- El fascinante mundo de la masa madre — 10
  - Pan básico de masa madre — 20
  - Chapatas de masa madre con azafrán — 29
  - Baguettes de masa madre sin amasado — 36
  - Pan de remolacha y cúrcuma de masa madre — 48
  - Moña gallega de masa madre — 54
  - Pan-brioche de zanahoria morada con masa madre — 60
  - Pan de Auvernia de masa madre — 63
  - Corona bordelesa de masa madre — 66
  - Pan de molde — 72
  - Muffins ingleses — 75
  - *Fougasse* provenzal con aceitunas negras y romero — 78
  - Bagels — 82
  - *Mauricettes* — 85
  - Pan challah trenzado de 5 cabos — 88
  - *Batbout* — 93
- 

## BOLLERÍA ARTESANAL

- Bollos suizos — 98
- Ensaimada — 102
- Gofres — 110
- Dónuts de vainilla — 112
- *Babka* de chocolate con masa madre — 115
- Panecillos de Viena — 118
- Masa hojaldrada fermentada — 122
- Croissants de mantequilla — 138
- *Chocolatines* — 146
- Caracolas de crema — 152
- Masas de hojaldre — 156
- *Sacristains* — 158

- *Pastéis de nata* — 162
  - Hojaldre invertido — 166
  - *Chaussons* de manzana — 171
  - *Galette des Rois* — 176
  - Hojaldre clásico — 183
  - Milhojas — 184
  - Mochi-gofres sin gluten — 190
  - *Pretzels* de masa madre — 192
  - Roscón de Reyes — 197
- 

## REPOSTERÍA

- Cómo preparar fondos de tarta perfectos — 202
  - Tartaletas de chocolate y caramelo salado — 210
  - Tartaletas de limón merengadas — 214
  - Tartaletas de mousse de cerezas y pistachos sin gluten — 217
  - *Baklava* — 220
  - Cake relleno de crema de avellanas y cacao — 226
  - *Kugelhopf* — 232
  - *Financiers* de almendra y frambuesa — 235
  - Tarta de queso — 238
  - *Apfelstrudel* — 241
  - Macarons de gomasio y ganache de gianduja — 248
  - Tronco de Navidad de chocolate y almendra — 253
  - Bizcocho enrollado de té matcha, mascarpone y frambuesas — 258
  - *Bavarois* de frutos rojos — 262
  - *Cannoli* sicilianos — 266
  - Pasta *choux* — 270
  - Profiteroles rellenos de crema de naranja — 274
  - París-Brest — 280
  - *Croquembouche* de vainilla y coco — 284
  
  - Agradecimientos — 288
-



# PRESENTACIÓN

¡Quién me iba a decir a finales del 2013 —cuando inauguré mi primer blog de repostería sin más pretensión que la de compartir recetas de mi abuela— que seis años después se pondría en contacto conmigo la editorial Larousse para proponerme publicarme un libro! Cuando lo pienso fríamente, incluso tras haber llegado al final de esta aventura, debo admitir que me da vértigo. Uno siempre tiene sus dudas. ¿Estaré a la altura? ¿Conseguiré plasmar lo que quiero transmitir? ¿Gustará mi trabajo? Son preguntas legítimas que te haces ante la envergadura de semejante propuesta. Finalmente decidí aceptar el reto por muchos motivos, pero principalmente porque me parecía un viaje único y apasionante. Por otro lado, la vida me ha enseñado que todo sucede por una razón y que hay que dejarse guiar por la intuición: en el caso de este proyecto editorial, tenía el presentimiento de que iba a ser muy enriquecedor y estimulante. ¡Y lo ha sido! También ha sido una tarea ardua, que ha supuesto mucho esfuerzo, dedicación y constancia.

Desde el principio tenía claro que no quería limitarme a ofrecer un recetario con un simple paso a paso, sino recetas muy completas y con el máximo grado de detalle, abordando aspectos que, a mi parecer, son esenciales a la hora de preparar cualquier tipo de masa: datos técnicos sobre ingredientes, materiales, factores ambientales, temperaturas, tiempos, etc. Todas las recetas que os propongo han sido

probadas y siempre he intentado ser lo más preciso posible, aunque todos sabemos que el éxito de una receta depende de muchos factores que la persona que las crea y las prueba simplemente no puede controlar.

En este libro encontraréis diversas recetas sobre panadería, bollería artesanal y repostería, todas con un nexo común: las masas. ¿Cómo hacer pan de masa madre en casa? ¿Cuáles son los secretos para conseguir un hojaldre impecable? ¿Qué procesos hay que seguir para que la masa de los croissants quede perfecta? Son preguntas que planteo muchas veces en mi blog y en las redes sociales y que, por fin, puedo contestar con todo lujo de detalles en estas páginas.

Espero de todo corazón que os guste este libro y, sobre todo, que probéis las recetas y las disfrutéis, que al fin y al cabo de esto se trata: de ser felices y de hacer felices a los demás.

**Sylvain Vernay**  
gourmetier.com



# PANADERÍA



# EL FASCINANTE MUNDO DE LA MASA MADRE

Durante toda mi infancia y mi adolescencia viví en un pequeño pueblo del sureste de Francia. Una de mis mejores amigas de la época era la hija del panadero, así que desde que era muy pequeño estuve en contacto directo con el mundo del pan. Los días de descanso, jugábamos entre las gigantes amasadoras, los sacos a rebosar de harina y las palas de madera, y recuerdo muy bien el olor tan característico de la trastienda de aquella panadería. En casa éramos muy paneros. Todos los días, mi madre me mandaba a por pan al salir del colegio. Los fines de semana solíamos comprar panes especiales, rellenos de higos y nueces o de queso y semillas. Es cierto que en Francia siempre ha existido una gran cultura del pan, y probablemente por eso el pan ha sido, y sigue siendo, una parte fundamental de mi dieta. Hacer pan en casa es muy gratificante y un aprendizaje constante. Antes de iniciarnos como panaderos ocasionales (o caseros), debemos entender ciertos conceptos y mecanismos para intentar controlar todas las fases de la panificación.

## ¿QUÉ ES LA MASA MADRE?

La masa madre natural es un cultivo de bacterias y levaduras que se desarrollan en una mezcla de harina (sobre todo integral) y agua. Aunque la elaboración de masa madre no presenta dificultad alguna, no todo el mundo está dispuesto a cuidar de ella para que perdure. La

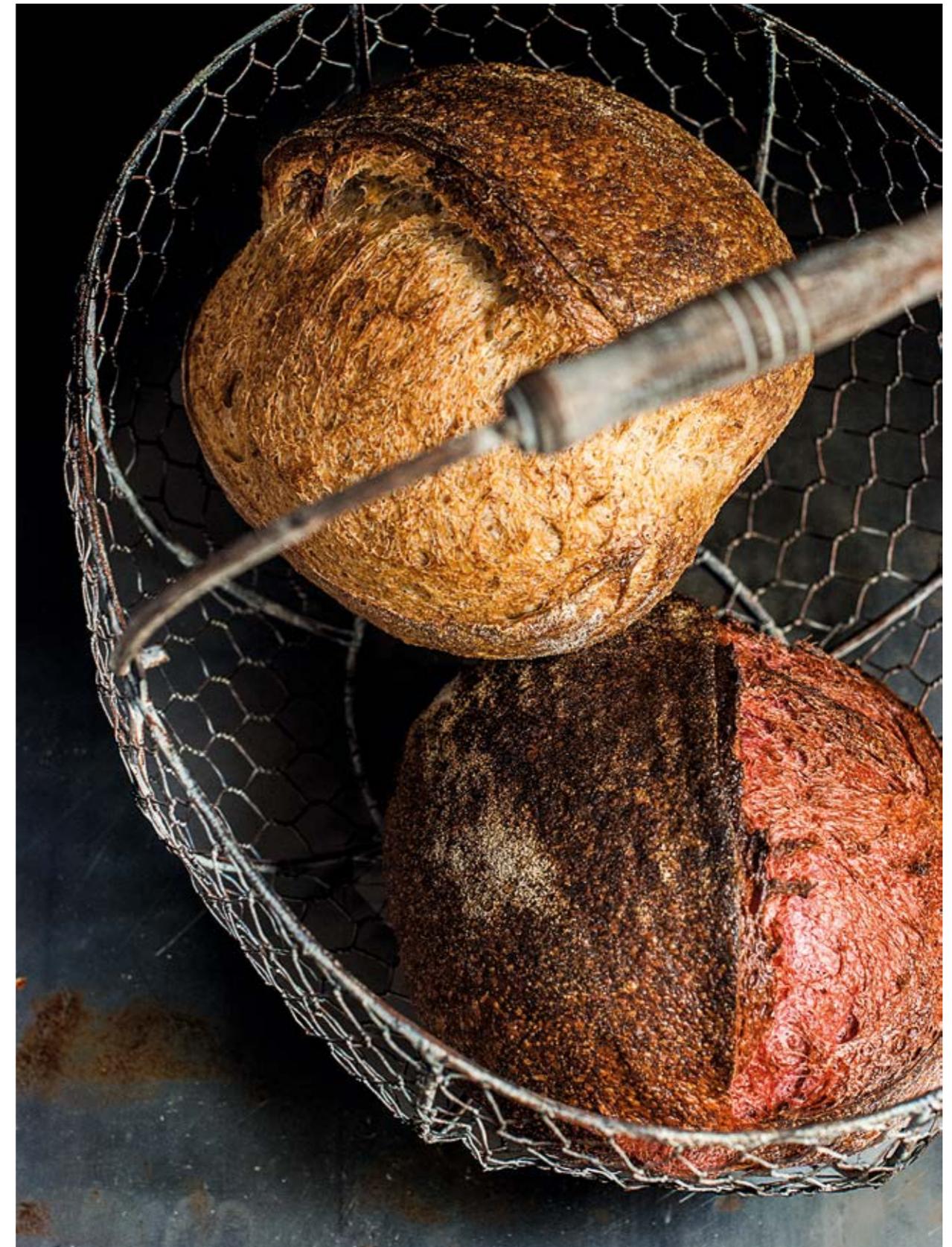
masa madre es un ser vivo y, como tal, hay que cuidarla y alimentarla con regularidad para mantenerla activa y vigorosa. Bien cuidada, puede durar años y años. Por suerte, mi trabajo como traductor autónomo me permite conservar con buena salud mi masa madre (¡que ya tiene varios años de vida!).

La masa madre, aunque puede parecer una moda, se lleva usando durante siglos y siglos. Las diferencias entre un pan hecho con levadura comercial (sin demonizarla, por supuesto, ya que, en muchas ocasiones, resulta muy útil) y un pan de masa madre natural son abismales. Además de mucho sabor, la masa madre aporta nutrientes esenciales, mejora la conservación del pan y hace que se digiera mucho mejor.

Existen dos tipos de masa madre en función de la cantidad de agua añadida al peso de la harina: la masa madre sólida o la masa madre líquida. Una masa madre líquida, que es la que usaré en los panes de este libro por ser más práctica, se consigue mezclando la misma cantidad de harina que de agua.

### *Elaboración de una masa madre de centeno\**

Día 1. En un tarro de cristal, mezclamos bien 500 g de agua templada (45 °C) y 300 g de salvado integral. Dejamos reposar. Cuando el salvado ha decantado, se forma un líquido blanquecino en la superficie. Recuperamos 300 g de este líquido y desechamos el salvado y el resto del líquido.



Mezclamos este líquido con 250 g de harina de centeno integral. Colocamos la tapa sin cerrarla y dejamos fermentar esta masa 24 horas en un lugar cálido (la temperatura ideal es entre 24 y 26 °C).

**Día 2.** En un tarro de cristal, mezclamos 150 g de la masa del día 1 (desechamos el resto) con 150 g de harina de centeno integral y 180 g de agua templada a 30 °C. Colocamos la tapa sin cerrarla y dejamos fermentar esta masa 24 horas en un lugar cálido (la temperatura ideal es entre 24 y 26 °C).

**Día 3.** En un tarro de cristal, mezclamos 150 g de la masa del día 2 (desechamos el resto) con 150 g de harina de centeno integral y 180 g de agua templada a 30 °C. Colocamos la tapa sin cerrarla y dejamos fermentar esta masa 24 horas en un lugar cálido (la temperatura ideal es entre 24 y 26 °C).

**Día 4.** Por la mañana, en un tarro de cristal, mezclamos 150 g de la masa del día 3 (desechamos el resto) con 150 g de harina de centeno integral y 180 g de agua templada a 30 °C. Colocamos la tapa sin cerrarla y dejamos fermentar esta masa 12 horas en un lugar cálido (la temperatura ideal es entre 24 y 26 °C). Por la tarde/noche, repetimos la misma operación.

**Día 5.** Por la mañana, en un tarro de cristal, mezclamos 150 g de la masa del día 4 (desechamos el resto) con 150 g de harina de centeno integral y 180 g de agua templada a 30 °C. Colocamos la tapa sin cerrarla y dejamos fermentar esta masa 12 horas en un lugar cálido (la temperatura ideal es entre 24 y 26 °C). Por la tarde/noche, repetimos la misma operación.

\* *Traité de boulangerie au levain*, Thomas Teffri-Chambelland (Ducasse Édition, 2019).

Al sexto día, la masa madre podría usarse, aunque es aconsejable continuar con los ciclos de alimentación (o refrescos) durante al menos 15 días para desarrollar una masa madre vigorosa y evitar que los panes sean demasiado ácidos. En las fases iniciales de creación de una masa madre natural, debemos trabajar con grandes cantidades de masa madre/harina/agua para crear un terreno propicio para el desarrollo de bacterias, pero a partir del sexto día, podemos disminuirlas (por ejemplo, haciendo 2 refrescos al día con 50 g de masa madre, 50 g de harina de centeno integral y 50 g de agua). A los 10 días, podríamos ir mezclando harina de centeno integral con harina panadera para los refrescos.

Por lo general, la masa madre se mantiene activa unos 3 días tras el último refresco. Si la conservamos mucho tiempo en la nevera sin usarla, tendremos que refrescarla varias veces al día durante varios días para que esté bien activa. Por consiguiente, tendremos que alimentarla cada tres días desechando una parte y añadiendo la misma cantidad de harina que de agua (así obtendremos una masa madre «hidratada al 100 %»). Es aconsejable usar agua filtrada o mineral (de mineralización débil), ya que el agua del grifo contiene cloro, que puede frenar el proceso de fermentación. Si usamos agua del grifo, es aconsejable dejarla reposar unas horas para que se evapore el cloro.

### ***Mi rutina para refrescar la masa madre***

Cada vez que quiero hacer pan en casa, saco la masa madre de la nevera y la refresco 3 veces al día durante varios días (en función del tiempo que ha estado en la nevera, los ciclos de refrescos pueden tardar de 2 a 6 días). Suelo hacer refrescos en una proporción 1: 3: 3 (es decir, 1 parte de masa madre, 3 partes de harina y 3 partes de agua). Cuanto más alimento (harina y agua) le proporcionemos a la masa madre,

más tardará en alcanzar el punto de madurez pero más activa estará. Cuando considero que puedo utilizar la masa madre para hacer pan, la refresco una última vez calculando la cantidad que voy a necesitar.

### **Por ejemplo:**

Durante los ciclos de refrescos tras sacar la masa madre de la nevera, peso 10 g de masa madre y la diluyo bien en 30 g de agua templada (aunque no caliente: el calor destruye las levaduras naturales). Añado 30 g de harina (una mezcla de 70 % de harina panificable y 30 % de harina de centeno integral) y mezclo bien. Pongo esta masa en un bote de cristal, hago una marca para controlar visualmente el progreso de la masa madre y la dejo fermentar en un lugar cálido, colocando la tapa sin cerrar.

Yo uso caja de fermentación a 27 °C constantes. Suele tardar entre 4 y 5 horas en colapsar: la masa madre sube, hasta 3 veces su volumen inicial, y colapsa (momento en el que debemos refrescarla de nuevo). Repito este proceso 3 veces al día durante varios días.

Trabajo con pequeñas cantidades de harina/agua hasta que, en los últimos refrescos, aumento las cantidades para poder tener suficiente masa madre para hacer pan.

Cuando hagamos el último refresco antes de elaborar pan, debemos acordarnos de reservar una pequeña parte de masa madre (que nos servirá para sucesivos refrescos). Esta pequeña cantidad es la que guardaremos en la nevera.

### ***¿En qué momento debemos usar la masa madre para hacer pan?***

Cuando vayamos a elaborar pan, antes de integrar la masa madre a la masa, existe una prueba llamada «prueba de la flotabilidad» para saber si está en su estado óptimo. Esta prueba se tiene que realizar durante el último refres-



co. Cuando consideremos que la masa madre puede estar lista (casi ha triplicado su volumen, pero no ha colapsado, y muestra signos de actividad como burbujas), debemos tomar una cucharadita de masa madre y dejarla en un vaso con agua a temperatura ambiente; si flota, ya está lista para su uso. Si se hunde, no está activa y es necesario prolongar la fermentación.

## **CLASIFICACIÓN DE LAS HARINAS**

Como sabemos, la harina es una parte fundamental para hacer pan, bollería y repostería, y es importante entender las diferencias entre unas y otras.

Las harinas se suelen clasificar según la cantidad de gluten que contienen, esto es, por su fuerza, que, en España, se simboliza con la letra W.

**Harina floja, débil o de pastelería** (de W100 a W140; hasta un 10 % de gluten): se utiliza en repostería y es apta para su uso con levaduras químicas (bizcochos, galletas, masas quebradas, etc.).

**Harina de panificación o panificable** (de W140 a W200; entre un 10 y un 11,5 % de gluten): se usa en panes comunes de fermentación rápida o larga, panes blancos, panes artesanos, masas de pizza, hojaldres, etc.

**Harina de media fuerza** (de W180 a W250; entre un 11,5 y un 13,5 % de gluten): se emplea en panes rústicos, panes artesanos con un alto porcentaje de hidratación y fermentaciones largas, bollería, etc.

**Harina de fuerza** (de W260 a W380; entre un 12,5 y un 13,5 % de gluten): se utiliza en masas integrales, con un alto porcentaje de hidratación y fermentaciones largas, masas con grasa y azúcar, hojaldres, etc.

**Harina de gran fuerza** (> W380; entre un 13,5 y un 14,5 % de gluten): se usa en panes enriquecidos, con un alto porcentaje de hidratación y fermentaciones largas, masas con mucha grasa y azúcar (brioche), etc.

En Francia se emplea un sistema distinto que no mide la fuerza de la harina, sino la tasa de extracción o el porcentaje de cenizas, es decir, la cantidad de sustancias minerales que quedan tras incinerar la harina a 900 °C. Cuanto más alto sea el porcentaje de cenizas (expresado con la letra T), más integral es la harina. Así, una harina T45 es una harina más refinada, y una harina T150 es una harina integral.

## PRINCIPALES FACTORES QUE HAY QUE TENER EN CUENTA AL HACER PAN EN CASA

### Proporciones y tiempos

Las proporciones y los tiempos que doy son meramente orientativos. Las recetas de panes de masa madre que propongo se han desarrollado con harinas específicas (es muy probable que se suelen usar harinas diferentes) y en un entorno concreto. Habrá que adaptar el porcentaje de hidratación de la masa (cantidad de líquidos, es decir, agua, aceite, etc.) en función de las harinas y del entorno en el que se resida: no es lo mismo hacer pan en Madrid, por ejemplo, que en una zona de costa: en ambientes secos como Madrid, las masas admiten más hidratación y necesitan menos tiempo de cocción. He estado viviendo casi 20 años en Madrid y con la harina que uso para baguettes podía subir hasta un 78 % de hidratación. Donde vivo ahora mismo (en una zona costera, con mucha humedad), sería imposible: la harina para baguettes no admite más de un 72 % de hidratación... El tipo de harina y el ambiente son factores claves que se deben tener en cuenta antes de empezar.

### Temperatura

Un control exhaustivo de la temperatura, tanto ambiental como de la masa de pan, es imprescindible para conseguir buenos panes en general. No podemos seguir el mismo proceso en verano que en invierno. Por norma general, la temperatura de la masa no tendrá que superar los 25-26 °C, siendo 24 °C la temperatura ideal. ¿Y qué hacemos en verano? Tendremos que usar agua bastante fría para bajar la temperatura de la masa y recurrir a la nevera para enfriar la masa durante la fermentación a temperatura ambiente (en bloque) si vemos que se calienta demasiado. En cualquier caso, tendremos que estar muy pendientes para mantener

una temperatura más o menos constante y ajustar los tiempos de fermentación en función de la temperatura de la masa: cuanto más alta sea la temperatura de la masa, menos fermentación necesitará. En invierno pasará lo contrario: nos costará que la masa alcance una temperatura de 24 °C. Para ello, podremos introducirla en el horno precalentado (pero apagado) a 30 °C como máximo. Lo óptimo es utilizar una cámara de fermentación, si disponemos de una, para poder controlar perfectamente la temperatura. En cualquier caso, es muy recomendable tener un termómetro de cocina para comprobar la temperatura en todo momento y poder subir o bajar la temperatura de la masa.

### Autólisis

La autólisis consiste en mezclar la harina con parte del agua y dejar reposar esta masa al menos una hora. Durante este reposo, la harina se hidrata, comienza la producción de azúcares y se empieza a desarrollar la malla de gluten, que permite retener los gases y hacer que el pan tenga mayor volumen y mejor estructura. La autólisis permite, además, reducir el tiempo de amasado, e incluso obviarlo por completo.

### ¿Amasado o pliegues?

Algunos panes necesitan un amasado intensivo, especialmente los de muy alta hidratación como la chapata o la moña gallega. Esto se debe a que la harina tiene que absorber mucha agua (¡y retenerla para que la masa no se convierta en una papilla!), por lo que es imprescindible realizar un amasado prolongado (a mano, con un robot o con una amasadora) para integrar el agua poco a poco a la harina. Mezclar de golpe toda el agua y seguir con pliegues sería imposible.

Con otros panes con una hidratación media/alta, como las baguettes o los *bâtards*, se puede combinar la autólisis con pliegues y omitir el amasado. Los pliegues consisten en estirar

la masa y doblarla sobre sí misma varias veces para oxigenarla y desarrollar el gluten. Este proceso se alterna con reposos y se repite de 1 a 4 veces durante la fermentación en bloque.

Otra variante de los pliegues es el método llamado «laminado»: tras la incorporación de la masa madre y después de un tiempo de reposo, consiste en estirar la masa sobre la superficie de trabajo (tal y como se haría con la masa de la ensaimada) hasta conseguir una masa fina en forma de rectángulo, doblar las cuatro esquinas y doblar la masa sobre sí misma en forma de sobre. Esta técnica no solo permite comprobar la elasticidad de la masa, sino también fortalecer la malla glutínica y oxigenar la masa. Se suele hacer una vez durante la fermentación en bloque de panes de media/alta hidratación.

La elección de amasar o no dependerá del tipo de harina que usemos: hay harinas que absorben más o menos agua, que ofrecen más o menos elasticidad, etc. Por lo general, las harinas con una buena relación elasticidad/tenacidad (P/L) se prestan bien a los ciclos de pliegues.

En cualquier caso, si optamos por hacer pliegues, insisto en el hecho de que tendremos que hacer una autólisis de 1 hora como mínimo.

### Fermentación

Al mezclar la harina, el agua y la masa madre, se desencadena un proceso llamado fermentación. Los microorganismos que contienen la harina y las levaduras naturales desarrolladas por la masa madre empiezan a multiplicarse en función de las sustancias fermentables disponibles, es decir, los hidratos de carbono. Este proceso, que recibe el nombre de «degradación», transforma los azúcares en gas carbónico, lo que permite que la masa se desarrolle y leude. La capacidad de la masa para retener el gas carbónico no solo depende de la temperatura ambiente (que, como hemos visto, debe es-

tar entre 24 y 26 °C), sino de la cantidad y de la calidad de las proteínas del trigo, es decir, del gluten, así como de su aptitud para formar una red elástica y extensible durante el amasado (la malla de gluten o glutínica).

Por eso es importante conocer las harinas que utilizamos para hacer pan, ya que determinan el tipo de pan que obtendremos.

Temperatura y fermentación van de la mano. Como he comentado antes, el tiempo de fermentación dependerá en gran medida de la temperatura de la masa.

En general, los panes se fermentan en dos fases: una primera a temperatura ambiente (fermentación en bloque) y otra en frío (fermentación retardada).

#### Fermentación en bloque

La fermentación en bloque es la primera fase de la fermentación. Se produce cuando, finalizado el amasado (o la autólisis), la masa se deja fermentar y reposar a temperatura ambiente antes de darle forma o de proseguir con una fermentación retardada en frío. Este tipo de fermentación favorece el desarrollo de aromas y sabores, y suele asociarse con una mejor conservación del pan después del horneado.

¿Y cómo saber cuándo la masa de pan está lista tras la fermentación en bloque? Es uno de los puntos más difíciles a la hora de hacer pan en casa... Uno sabe cuándo una masa está lista con la práctica, con la vista y con el tacto. Tendremos que observar la masa, ver cuánto volumen ha cogido y qué aspecto tiene. Siempre es mejor quedarse corto de fermentación. Una de las pruebas visuales consiste en hacer una marca en el recipiente para realizar un seguimiento del desarrollo de la masa. Algunos panaderos también cogen una pequeña cantidad de masa (tras el amasado), la ponen en un bote pequeño, hacen una marca y dejan el bote al lado del



recipiente donde fermenta la masa para seguir su evolución. Es una manera bastante eficaz de saber cuándo retardar la masa en frío. Por norma general, la masa no tiene que doblar su volumen, sino conservar entre el 50 y el 70 % de su volumen inicial, ya que seguirá fermentando en la nevera. Una de las ventajas de una doble fermentación es que podremos prolongar la fermentación en frío si nos hemos quedado un poco cortos durante la fermentación en bloque, aunque siempre hay que procurar usar la masa en su punto óptimo.

#### Fermentación retardada en frío

Se trata de la segunda fase de la fermentación. Consiste en dejar reposar la masa (formada o sin formar) en frío a unos 5 °C para una fermentación lenta o retardada. Si la fermentación en bloque permite desarrollar los aromas del pan, el objetivo de la fermentación final en frío es

conseguir que la masa de pan se asiente y adquiera la textura deseada. Dependiendo del tipo de pan, de las harinas utilizadas, del porcentaje de masa madre que hayamos usado (*porcentaje de inoculación*), de la hidratación de la masa, etc., la fermentación en frío puede ser más o menos larga (hay masas de pan que fermentan en frío durante 36 horas o más).

El tiempo de fermentación también dependerá del estado de la masa madre. Una masa madre activa, que cuidamos y refrescamos con regularidad, hará que la masa fermente más rápido.

#### Formado

Dependiendo de los tipos de panes que elaboraremos, podemos formar el pan tras la fermentación en bloque y antes de la fermentación en frío (para hacer *bâtards*, pan de molde, etc.) o tras esta (por ejemplo para hacer baguettes).

Cuando la masa haya reposado lo suficiente para poder manipularla otra vez, podemos empezar el formado del pan. El formado es un paso delicado, ya que tenemos que seguir añadiendo tensión a la masa sin desgaseificarla en exceso para que mantenga la forma durante la segunda fermentación, pero también durante el horneado.

Para ello se suelen usar cestas de fermentación llamadas banetones. Cuando la pieza esté formada, la cogemos con delicadeza y la colocamos en el banetón enharinado o forrado con una tela de lino ligeramente enharinada. La harina de arroz es más adecuada que la de trigo para enharinar las cestas, ya que no absorbe tanta humedad y tiene la ventaja de no quemarse en el horno. Es importante subrayar que la parte sellada de la masa (esto es, la parte inferior, la que no se verá tras el horneado) siempre se coloca hacia arriba en la cesta, puesto que en el momento de hornear le daremos la vuelta al banetón para que la parte lisa y bonita esté visible.

#### Greñado

Durante la cocción, el agua transformada en vapor y el gas carbónico acumulado durante la fermentación intentan escapar. Para favorecer la expansión controlada del pan, es necesario crear cortes o greñas antes de meter el pan en el horno. Estos cortes se pueden realizar con un cúter, un cuchillo bien afilado o una cuchilla. El greñado es el sello del panadero: cada uno tiene su técnica y sus preferencias. Para greñar el pan correctamente, debemos colocar la cuchilla en perpendicular a un lado de la pieza (inclinada 30 °) y hacer un corte recto a lo largo de todo el pan empezando desde un extremo. No debe ser un corte muy profundo, pero tampoco demasiado superficial.

En este proceso debemos ser rápidos y hacerlo con decisión, sin dudar y de una sola vez. De lo contrario, la masa puede «desinflarse», lo que impediría su expansión en el horno.

#### Horneado

Para que un pan hecho con masa madre tenga volumen y se cueza de manera uniforme en el horno, la cocción se suele dividir en dos tiempos, con una fase de precalentamiento:

- Precalentar el horno a una temperatura elevada (250 °C) durante 45 minutos, con calor en solera y bóveda, pero sin ventilación. En esta fase, debemos colocar en el horno un accesorio para crear vapor (se indica más adelante).
- Crear vapor en el horno durante los primeros minutos de cocción, activando únicamente el calor en la solera del horno. El choque térmico que se produce cuando la masa de pan entra en contacto con el vapor hace que el pan adquiera rápidamente volumen y se expanda en el horno.
- Quitar el vapor y proseguir con la cocción con calor en solera y bóveda y sin ventilación, bajando la temperatura de manera progresiva.

## MATERIAL NECESARIO

### **Material imprescindible**

- **Boles y recipientes con tapa** (a poder ser de cristal, ya que no absorben olores ni sabores) de diferentes tamaños (según la cantidad de pan que amasemos): en ellos mezclaremos los ingredientes, haremos la autólisis y fermentaremos la masa.
- **Báscula de precisión:** resulta imprescindible para pesar todos los ingredientes con precisión, en especial los líquidos. Como veremos más adelante, cada gramo cuenta.
- **Banetones de diferentes tamaños:** como se ha comentado, las cestas de fermentación, o banetones, nos permiten fermentar la masa una vez formada para que mantenga la forma deseada. Resultan muy prácticos, son baratos y duran mucho si los cuidamos bien.
- **Cuchilla para greñar:** podemos usar una hoja de afeitar limpia, un cúter, una cuchilla especial para pan, etc.
- **Termómetro:** no solo lo usaremos para hacer panes, sino también todo tipo de bollería. Es muy útil y nos permite conocer con precisión y en todo momento la temperatura de las masas. Es mejor comprar un termómetro de infrarrojos, mucho más preciso y práctico de usar.
- **Espátula/rasqueta:** la rasqueta es una herramienta muy útil a la hora de hacer pan y ciertas piezas de bollería, ya que nos permite manipular las masas muy hidratadas o con mucha grasa sin desgasificarlas (y sin que se peguen a las manos), y nos ayuda a darles tensión.
- **Un accesorio para crear vapor dentro del horno, que puede ser:**

- una plancha de acero/piedra refractaria colocada sobre la rejilla del horno, con piedras de lava en un recipiente en la parte inferior (en las que se verterá agua hirviendo justo antes de introducir el pan en el horno), o bien
- una *cocotte* o una olla honda con tapa que soporte altas temperaturas (en la que introduciremos la masa de pan tapada para crear un ambiente húmedo), o bien
- un hornillo de pan (la mejor opción): existen varios modelos; todos tienen una forma muy similar (se componen de una base y de una tapa redonda) y suelen ser de barro, cerámica o hierro fundido (materiales que retienen el calor y la humedad). Resultan muy prácticos porque emulan los hornos de pan tradicionales en los que se crea vapor de forma natural, por lo que no tenemos que crear un ambiente húmedo nosotros mismos dentro del horno. Son muy fáciles de usar: se colocan en el horno durante la fase de precalentamiento para que adquieran mucha temperatura, se introduce la masa de pan, se coloca la tapa y la masa se cuece tapada durante 20 minutos.

### **Material opcional (pero muy útil)**

- **Robot de cocina o amasadora** (sobre todo para panes de alta hidratación). Un robot de cocina provisto de un gancho nos facilitará el amasado, sobre todo en caso de panes con alta hidratación. Sin embargo, este tipo de robots tienden a sobrecalentar las masas y a darles una tensión excesiva. Se pueden encontrar varios modelos de amasadoras más enfocadas en el pan y la bollería (máquinas semiprofesionales) que dan mejores resultados, aunque suelen ser caras.
- **Cámara de fermentación.** Resultan muy útiles porque permiten ajustar la temperatura y mantenerla constante. Existen pocos modelos y siguen siendo caros.



# BOLLERÍA ARTESANAL



# BOLLOS SUIZOS

BOLLERÍA  
ARTESANAL

Probé los bollos suizos por primera vez cuando llegué a Madrid hace más de veinte años en una panadería de barrio de toda la vida. ¡Qué ricos los hacían! Siempre bromeaba con la panadera a ver si me daba su receta, pero, como es lógico, nunca soltó prenda. Decidí entonces encontrar la manera de prepararlos en casa para que me salieran igual de esponjosos. Adapté la receta de brioche de mi madre cambiando el procedimiento e incorporando tres fases de fermentación, y el resultado fue espectacular. ¡Qué bollitos tan tiernos y aromáticos! Probadlos, es una de mis recetas de bollería favoritas.

## INGREDIENTES *Para unas 12 piezas*

### *Para la masa de los suizos*

- 300 g de harina de fuerza (W360/380 - proteína: 13,5 %)
- 180 g de huevo (fríos, peso sin cáscara)
- 170 g de mantequilla (fría, cortada en dados)
- 50 g de azúcar
- 15 g de leche semidesnatada fría
- 10 g de levadura fresca de panadería
- 2 g de sal
- La ralladura de un limón
- 1/2 tapón de licor de anís

### *Para la cobertura*

- 1 huevo
- Un chorrito de leche
- Una pizca de sal
- Azúcar
- Unas gotas de licor de anís

### **Organización**

La víspera (sobre las ocho de la tarde): amasamos, hacemos la primera fermentación y dejamos la masa en la nevera para la segunda fermentación en frío.

Al día siguiente (sobre las nueve de la mañana): formamos, hacemos la tercera fermentación y horneamos.

### **Amasado**

En el bol del robot amasador provisto del gancho, incorporamos la harina tamizada y el azúcar. Añadimos la leche y los huevos previamente batidos, y amasamos 8 minutos a velocidad mínima. Transcurrido este tiempo, incorporamos poco a poco la mantequilla fría en dados pequeños sin parar la máquina, y a la misma velocidad.

Antes de agregar la mantequilla, hay que desarrollar el gluten para que la masa absorba la grasa que vamos a incorporar sin romper la malla glutínica. Es preferible añadir la mantequilla en tres veces, dejando que la masa la absorba antes de seguir incorporando más.

Con la primera tanda de mantequilla, agregamos la levadura desmenuzada.

Si no hace mucho frío, es aconsejable añadir la levadura a mitad del amasado para que la masa no empiece a fermentar. Por eso es importante también que los ingredientes estén fríos: de esta manera la masa mantiene una temperatura adecuada (entre 24 y 26 °C) y no se calienta en exceso con la fricción.



El proceso de incorporación de la mantequilla puede durar unos 8 minutos. Transcurrido este tiempo, añadimos la sal, la ralladura de limón y el licor de anís, y seguimos amasando 1 minuto más. En total, el amasado a máquina dura entre 18 y 20 minutos a velocidad mínima (para no sobrecalentar la masa).

Es una masa bastante pegajosa; de hecho, resulta difícil manipularla, pero no hay que intentar incorporar más harina. Tiene que quedar brillante, elástica y sedosa, y la temperatura de la masa al final del amasado no tendría que superar los 26 °C.

### **Primera fermentación**

Una vez finalizado el amasado, tapamos el bol y dejamos fermentar la masa entre 1 y 2 horas a 24 °C, aunque todo dependerá de la temperatura de la casa y del grado de humedad. Lo que buscamos en esta etapa es arrancar la fermentación. No queremos que la masa doble de volumen. Lo ideal es hacer una marca en el bol e ir vigilando la masa hasta que empiece a crecer (1/4 de su volumen inicial).

### **Segunda fermentación en frío**

Al cabo de este tiempo, cerramos el bol herméticamente y dejamos que la masa repose en la nevera hasta el día siguiente para proceder a una segunda fermentación lenta en frío.

Es importantísimo conocer la temperatura exacta de la nevera, sobre todo si es antigua. Los frigoríficos suelen marcar temperaturas que no son reales (suelen enfriar menos de lo que indican). Por lo tanto, si la temperatura de la nevera es superior a 4 o 5 °C reales, debemos tener la masa menos tiempo en frío.

### **Formado**

Al día siguiente, sacamos la masa de la nevera. Habrá subido un poco más, pero no mucho. Eso sí, habrá desarrollado todos los aromas, que es lo que buscamos con una fermentación lenta.

Desgasificamos y cortamos la masa en porciones de unos 60 g. Enharinamos un poco la superficie de trabajo y formamos los suizos. Para ello, cogemos una porción y la aplastamos con la palma de la mano (también ligeramente enharinada) dándole una forma circular. Juntamos todos los extremos del círculo en el centro como si fuera un hatillo. Le damos la vuelta y la boleamos: la hacemos rodar entre la mano para darle una forma lo más redonda y regular posible, procurando que la superficie quede lisa.

Para bolear, es importante que la masa esté y se mantenga fría; hay que procurar no manipularla en exceso, ya que, de lo contrario, se pegará a las manos. Si esto ocurriera, podemos untarnos las manos con un poco de aceite de oliva (¡sobre todo no hay que añadir más harina!).

Vamos colocando los suizos formados sobre una bandeja forrada con papel de horno, dejando un espacio prudencial entre ellos. También podemos usar moldes individuales.

### **Tercera fermentación**

El tiempo de fermentación dependerá de varios factores, que ya se han enumerado. Personalmente, uso una cámara de fermentación que mantiene una temperatura constante (a 26 °C), pero también se puede precalentar con rapidez el horno para que esté templado (30 °C) y fermentar los suizos dentro (siempre con el horno apagado). Hay que tener en cuenta que la masa sale de la nevera y que tardará un tiempo en alcanzar la temperatura de fermentación. En cualquier caso, es importante vigilarlos. Tienen que doblar el volumen.

### **Cobertura**

Precalentamos el horno a 200 °C, con calor en solera y bóveda y con ventilación. Mientras tanto, preparamos la cobertura. Batimos un huevo con un chorrito de leche y una pizca de sal. En otro bol, mezclamos 4 cucharadas colmadas de azúcar con unas gotas de licor de anís. Lo que queremos es humedecer ligeramente el azúcar para que se endurezca en el horno. Al final de la fermentación, pintamos los suizos con una brocha con muchísimo cuidado para no desgasificar la masa. Colocamos montoncitos de azúcar sobre cada bollo. Antes de hornear, hacemos un corte superficial con la ayuda de unas tijeras.

### **Horneado**

Horneamos los bollos suizos a 200 °C. El tiempo de horneado dependerá del horno. No es lo mismo un horno eléctrico que un horno de gas, ni un horno nuevo que uno antiguo. En mi horno (eléctrico, modelo reciente) los tengo de 10 a 12 minutos. Lo mejor es introducir un palillo de madera hasta el fondo: si sale limpio es que los suizos están hechos. Una vez más, ¡vigíladlos!

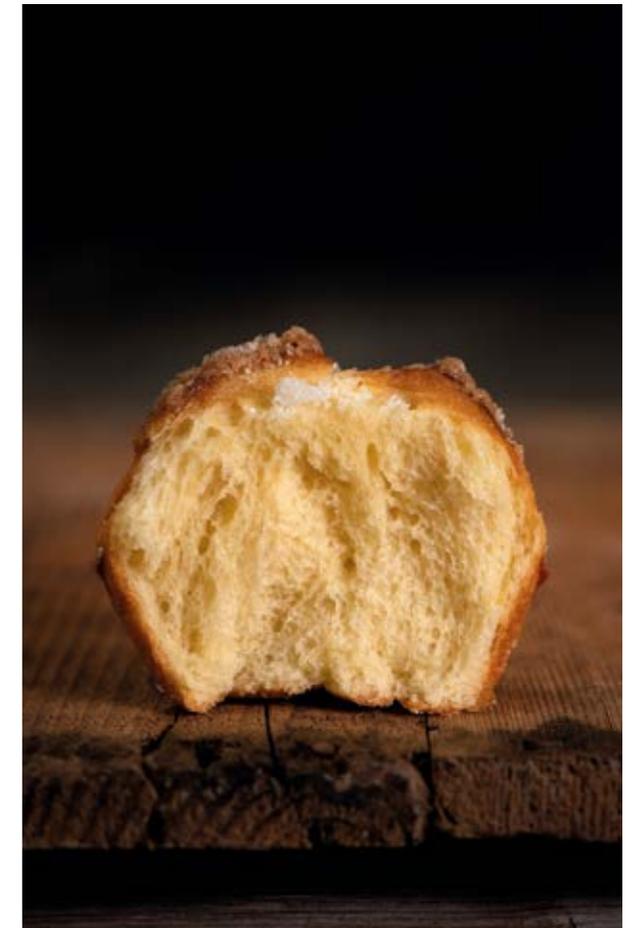
Con esta misma receta podemos hacer un brioche. En este caso, hay que hornearlo a 180 °C unos 30 minutos.

### **Enfriamiento**

Dejamos templar los suizos sobre una rejilla antes de degustarlos. Será difícil resistirse a probarlos.

### **Conservación**

Si no nos los comemos todos, podemos envolver los que queden en film transparente: se conservarán tiernos durante días. Si se han secado, podemos cortarlos por la mitad y tostarlos. O incluso probar a hacer unas torrijas, que quedarán magníficas.



# REPOSTERÍA



# TARDALETAS DE CHOCOLATE Y CAMELO SALADO

REPOSTERÍA

Estas tartaletas de chocolate y caramelo salado son para los más golosos y para los amantes del chocolate. En un solo bocado podremos apreciar las diferentes texturas (el crujiente de la masa, la suavidad del caramelo, la delicadeza de la mousse y la ligereza del merengue). Sabores de toda la vida que combinan a la perfección.

## INGREDIENTES Para 4 tartaletas

### Para los fondos de tarta de cacao

- 215 g de harina de trigo (floja)
- 25 g de cacao puro en polvo
- 30 g de almendra molida
- 120 g de mantequilla (en punto pomada)
- 80 g de azúcar glas
- 2 g de sal
- 55 g de huevo (1 huevo L)

### Para la mousse de chocolate negro

- 120 g de nata líquida para montar
- 45 g de leche
- 2 yemas de huevo
- 95 g de chocolate negro (72 % de cacao)
- 3 g de gelatina en hojas
- 20 g de azúcar
- 50 g de clara de huevo

### Para el caramelo salado

- 100 g de azúcar blanquilla
- 80 g de nata líquida para montar
- 30 g de mantequilla fría
- 2 g de sal marina

### Para el merengue italiano de vainilla

- 60 g de clara de huevo
- 120 g de azúcar
- 30 g de agua
- Las semillas de 1/2 vaina de vainilla

### Fondos de tarta de cacao

Seguimos los pasos de la receta de la masa de azúcar (ver página 206). La única diferencia es que hemos sustituido parte de la harina por cacao puro en polvo, que se añade al mismo tiempo que la harina. Para esta receta, he utilizado moldes oblongos de 14,6 x 3,4 cm, y 2 cm de alto. ¡Con la masa sobrante podemos hacer unas galletas riquísimas!

Una vez horneados los fondos de tarta, los dejamos enfriar sobre una rejilla.

### Preparación del caramelo salado

En un cazo, calentamos el azúcar hasta conseguir un caramelo no muy oscuro (cuanto más oscuro, más amargo).



Mientras tanto, calentamos la nata. Cuando el caramelo esté listo, lo retiramos del fuego y añadimos poco a poco la mantequilla sin dejar de remover con una cuchara de madera. El caramelo va a adquirir una consistencia más espesa.

Volvemos a calentar a fuego medio y, sin dejar de remover, incorporamos la nata.

La nata ha de estar caliente; de lo contrario, el contraste de temperatura provocaría salpicaduras y nos podríamos quemar.

Dejamos cocer un par de minutos. Retiramos del fuego y añadimos la sal. Removemos para integrar todo bien y dejamos templar. Podemos colar el caramelo si vemos que quedan cristales de azúcar.

Cuando esté templado, lo vertemos en una manga pastelera y reservamos.

### **Preparación de la mousse de chocolate negro**

Ponemos la gelatina en agua fría para que se ablande y reservamos.

Empezamos preparando una crema inglesa. En un cazo, calentamos la leche y 45 g de nata (reservamos los 75 ml restantes en la nevera). Mientras tanto, batimos las yemas. Cuando la leche y la nata estén calientes, las vertemos sobre las yemas sin dejar de remover. Volvemos a calentar esta preparación a fuego lento sin dejar de remover hasta que la crema nape la cuchara (no tendrá que superar los 80 °C). Retiramos del fuego y añadimos la gelatina escurrida. Mezclamos bien y reservamos.

Fundimos el chocolate al baño María y lo incorporamos a la crema inglesa. Seguidamente preparamos el merengue francés. Empezamos a montar las claras a punto de nieve,

hasta que estén medio montadas. Agregamos el azúcar poco a poco, hasta que las claras estén bien firmes y formen picos. Tiene que quedar un merengue muy firme y brillante.

Incorporamos con cuidado el merengue a la crema de chocolate anterior. Para terminar, añadimos suavemente la nata montada. Reservamos en la nevera.

### **Preparación del merengue italiano de vainilla**

A diferencia del merengue francés (que consiste en montar las claras a punto de nieve añadiendo azúcar como hemos hecho para la mousse), el merengue italiano se prepara cocinando las claras con un jarabe de agua y azúcar. Esto hace que el merengue tenga una consistencia mucho más densa y que aguante firme sin aguararse. Para ello, debemos respetar dos reglas sencillas:

- **Las proporciones.** No tenemos que escatimar en el azúcar, ya que de ello dependerá el éxito del merengue. Las proporciones suelen ser las siguientes: el doble de azúcar que de claras y la mitad de peso de agua que de claras (ver ingredientes).
- **La temperatura del jarabe.** Tenemos que preparar un jarabe de agua y azúcar que nos servirá para «cocer» las claras mientras las montamos a punto de nieve; para ello, debemos respetar cierta temperatura (de ahí la importancia de disponer de un termómetro de cocina). Por lo general, se tiene que alcanzar una temperatura de entre 115 y 125 °C. Cuanto más alta sea la temperatura del jarabe, más denso quedará el merengue (aunque más difícil será de integrar a las claras porque estará más espeso). También hay que tener en cuenta la higrometría: si vivimos en una zona húmeda —por ejemplo, cerca del mar—, tendremos que alcanzar la temperatura más alta de este rango para obtener un jarabe más seco. Y, al contrario, si residimos en una zona seca, podre-

mos usar el jarabe a la temperatura más baja del rango. Sea cual sea nuestro contexto, es aconsejable respetar este rango y no estar ni por debajo ni por encima.

En un cazo con bordes altos calentamos el agua con el azúcar a fuego medio-alto. Lo mejor es mezclar el agua y el azúcar en frío para disolverlos un poco y, una vez en el fuego, no tocar ni remover el jarabe para evitar la formación de cristales de azúcar en los bordes del cazo. Tampoco conviene que la temperatura sea muy alta: queremos conseguir un jarabe, no un caramelo.

Una de las dificultades de obtener un merengue italiano perfecto es la incorporación del jarabe a las claras: ¿cuándo y cómo agregarlo? Tenemos que empezar a montar las claras (a velocidad media) cuando el jarabe haya alcanzado más o menos los 100 °C de temperatura. Las claras no pueden estar montadas del todo antes de añadir el jarabe. A medio montar (es decir, cuando las claras hayan espumado y adquirido cierto volumen y cierta densidad), añadimos las semillas de vainilla.

Es importante que esta primera fase de montar las claras se haga a velocidad media para incorporar aire. Cuando el jarabe alcance la temperatura adecuada, bajamos la velocidad del robot al mínimo y vamos vertiendo muy poco a poco el jarabe sobre las claras. Debemos procurar no verter el jarabe directamente sobre las varillas, ya que salpicaría y se formarían cristales en vez de disolverse. Lo ideal es ir vertiendo el jarabe justo entre las paredes del bol y el merengue medio montado. Insisto en el hecho de que este proceso ha de ser progresivo: no podemos verter de golpe el jarabe en las claras. Tampoco podemos ser demasiado lentos, ya que el jarabe se endurecería y sería imposible integrarlo a las claras.

Una vez integrada la totalidad del jarabe, podemos aumentar la velocidad al máximo y seguir montando las claras hasta que el bol esté frío (este proceso puede tardar 10 minutos). Reservamos.

### **Montaje**

Cubrimos los fondos de tarta con una capa fina de caramelo salado. Con la ayuda de una manga pastelera, añadimos la mousse de chocolate negro y alisamos la superficie con una espátula.

Introducimos el merengue de vainilla en una manga pastelera provista de una boquilla para Saint-Honoré (o la boquilla que más nos guste) y decoramos las tartaletas haciendo un movimiento en zigzag a lo ancho. Podemos usar un quemador para quemar la superficie del merengue para que quede más bonito.

