

# PANES

*La magia de DANIEL JORDÀ*

LAROUSSE

	● <b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>6</b>
	○ Una vida de panadero	7
	○ Susurros nocturnos	10
<b>T1</b>	● <b>HARINA. LA GRAN DESCONOCIDA</b>	<b>12</b>
	○ El grano de trigo y su composición	14
	○ La harina y su composición	19
	○ Harinas de otros cereales	25
	○ SUSURRO #1. HARINAS FLOJAS	28
<b>T2</b>	● <b>LA TÉCNICA. DEL AMASADO AL HORNEADO</b>	<b>30</b>
	○ El amasado	32
	○ Primera fermentación y pliegues	36
	○ División, boleado y formado	40
	○ Fermentación final	43
	○ Acabado y cocción	45
	○ SUSURRO #2. OTROS TIEMPOS. EL COÑAC Y EL VINAGRE	48
<b>C1</b>	● <b>LA PANADERÍA DE LOS PREFERMENTOS</b>	<b>50</b>
	○ Panes con prefermento	54
	• Poolish	56
	• Biga	57
	• Esponja	59
	• Masa vieja o fermentada	59
	○ Hogaza con prefermento o bolla	62
	○ Chapata con biga	66
	○ Baguette con poolish	70
	○ Pan rústico semiintegral con prefermento al 50 %	74
<b>C2</b>	● <b>MASA MADRE. UN UNIVERSO PARALELO</b>	<b>78</b>
	○ Pan con masa madre. Receta básica	90
	○ SUSURRO #3. LECTURA DE MASAS	96
	○ Pan integral de masa madre	98
	○ Pan de masa madre de centeno al 50 % con avellanas y nueces	102
	○ Pan de morcajo	106
<b>C3</b>	● <b>CLÁSICOS DE LA PANADERÍA</b>	<b>110</b>
	○ Pan de aceitunas y nueces	114
	○ Llonguet	118
	○ Fougasse o pan de coca	122
	○ Focaccia	126
	○ SUSURRO #4. EL CHIVATO	130
	○ Torta de aceite	132
	○ Pan candeal	136
	○ Pan de payés	140
	○ Coca de forner	144
	○ SUSURRO #5. EL PESADO EN BOTES	148
	○ Pan de molde	150
	○ Pan de hamburguesa	154

C4

● <b>BRIOCHE. UN MUNDO DONDE REFUGIARME</b>	<b>158</b>
○ Brioche con polish	164
○ Cinnamon roll	168
○ SUSURRO #6. «QU'ILS MANGENT DE LA BRIOCHE»	172
○ Brioche al aceite de oliva	174
○ Kouign amann	178
○ Trenza de brioche con chocolate	182
○ SUSURRO #7. CULTURA DEL PAN EN JAPÓN	186
○ Pan de seda: kinu-pan	188

C5

● <b>INCUNABLES DEL PAN. PANES QUE HAY QUE HACER UNA VEZ EN LA VIDA</b>	<b>192</b>
○ Pan de Campoo	196
○ Pan de pintera	200
○ SUSURRO #8. THE OUTSIDERS	204
○ Pan de cinta	206
○ Taja navarra	210

C6

● <b>PANES DIFERENTES. PANES CON OTRAS HARINAS</b>	<b>214</b>
○ Pan de centeno con nueces	218
○ Pan danés	222
○ Pan de maíz con biga	226
○ SUSURRO #9. DE LA NECESIDAD... UNA VIRTUD	230

C7

● <b>PANES CREATIVOS. LOS PANES DE MI OBRADOR</b>	<b>232</b>
○ Pan de primavera	236
○ Pan de otoño	240
○ Pan de chocolate, cacao y avellanas	244
○ SUSURRO #10. DANIEL HOT HANDS	248
○ Pan dulce de nueces y anís	250
○ Pan de chocolate y naranja	254

C8

● <b>FECHAS ESPECIALES. ELABORACIONES SEÑALADAS EN EL CALENDARIO</b>	<b>258</b>
○ Toña	262
○ Coca de Sant Joan	266
○ SUSURRO #11. LA CAPILLA SIXTINA DE LA PANADERÍA	270
○ Stollen de chocolate y avellanas	272
○ Roscón de Reyes	276
○ Pan de muerto	280
○ SUSURRO #12. RECETAS ANTIGUAS	284

● <b>AGRADECIMIENTOS</b>	<b>286</b>
--------------------------	------------

# INTRODUCCIÓN

---

*Tras la escritura de este libro hay varias intenciones. La primera es la divulgación de una cultura del pan de la cual muchas personas están ávidas. La segunda, más pedagógica, es el deseo de explicar recetas y la manera de hacer de los panaderos, al mismo tiempo que pretende dar a conocer los prefermentos y la masa madre como fundamentos de un oficio que en la actualidad cada vez goza de mayor respeto por parte de clientes y amantes del buen pan. Y, por último, subyace una intención personal de hacer un libro fácil para todos aquellos que quieran aproximarse al mundo del pan, entenderlo y elaborar buenos panes en sus casas o en sus obradores.*

*Este libro es fruto de toda una vida dedicada al pan, pero también de los años de más actividad profesional y de los difíciles momentos de la pandemia que tuvo lugar en el año 2020. En aquel momento, y sin saber muy bien por qué, decidí impartir un máster gratuito en el cual enseñaba recetas para que la gente, que se encontraba confinada en sus casas, aprendiera a elaborar pan, entendiera mejor cómo llegar a hacerlo o simplemente pudiera distraerse viendo cómo yo lo hacía.*

*Pasada la pandemia, el interés por el pan perduró. La gente se había familiarizado con los procesos de elaboración del pan y se mostraba cada vez más exigente con este producto cotidiano, al mismo tiempo que deseaba comprender más cosas de este mundo tan apasionante.*



# UNA VIDA DE PANADERO

---

*Toda mi vida está dedicada al pan. Desde muy joven he trabajado en el obrador de mis padres. Eran otros tiempos, en los que los obradores se basaban siempre en la fuerza de todos los integrantes de la familia. Cada uno según su edad y su fuerza ayudaba a sacar adelante el negocio. Muchas veces me siento el más viejo de todos los panaderos que hoy en día suenan como referentes de la panadería actual y, de hecho, he vivido muchísimos cambios en este sector.*

*Viví los últimos años de una panadería en la que los precios los marcaba el Estado, donde el pan valía lo mismo en todas partes. Era una panadería dominada por la inmovilidad, sin liberarse, y en la que montar un obrador dependía de procesos muy restrictivos. Fue una época en la que una generación de panaderos convirtió sus pequeños obradores en auténticas pequeñas o medianas industrias, en la que la panadería artesana prefirió la cantidad a la calidad. Y de ahí hemos pasado a un mercado libre en el que cualquiera puede vender pan, donde la industria, que cada vez trabaja mejor, convive con menos obradores; unos obradores artesanos que deben diferenciarse de la industria a partir de la formación y la calidad. No hay otra solución. Renovarse, reinventarse o morir.*

*Creo que la panadería española ha visto más cambios en los últimos cinco o diez años que en los últimos sesenta: la aparición de la masa madre y su apreciación, la fuerza de la industria y los cambios en la manera de entender la nueva alimentación con las apuestas veganas y sin gluten. La clientela, además, está cambiando, y se está produciendo un relevo generacional complicado. Asimismo, la legislación es más restrictiva y dura con los pequeños obradores. Pero también existen cambios positivos, como una incipiente formación más seria para los que empiezan, mejores harinas nuevas de granos antiguos, la idea de los panes saludables y los panes nutricionales, las harinas para panettone, unos ingredientes mejorados, como mantequillas francesas excepcionales, vainilla, frutas confitadas... y una cosa muy importante: la aparición de profesionales que se dedican a esta profesión por amor a este oficio y no porque la sociedad lo ha relegado a un trabajo considerado de una categoría inferior.*

*La aparición de las redes sociales ha dado visibilidad a una profesión que casi siempre se ejercía durante la noche y la madrugada. Las redes sociales han mostrado nuestro trabajo y han hecho que resultara bonito a los ojos de los demás. Han mostrado la dureza de un trabajo poco agradecido y se ha empezado a valorar. Muchos panaderos y pasteleros, y también cocineros, se han convertido en auténticos influencers e inspiradores para gente del sector y amantes de este oficio.*

*En cuanto a la bibliografía sobre el pan, en los últimos diez años han aparecido más libros sobre panadería que en toda la historia de la panadería en España, y todavía se siguen publicando muchos; algunos de ellos son auténticas joyas. Se han realizado traducciones al castellano de verdaderos clásicos de la panadería actual, como El pan: manual de técnicas y recetas de panadería de Jeffrey Hamelman o Pan tartine de Chad Robertson y Eric Wolfinger. Por otro lado, Ibán Yarza ha publicado libros como Pan casero y Pan de pueblo: recetas e historias de los panes y panaderías de España.*

*Ya se ha comentado que todo libro tiene una intención.*

*Durante el confinamiento, pude comprobar que, gracias a los cursos online, los directos e historias de Instagram, las recetas resultaban más comprensibles y fáciles. A pesar de que se han escrito muchos libros sobre panadería y que los han escrito panaderos mejores que yo, creía que había todavía un lugar para uno redactado por mí, donde los procesos y las técnicas de panadería quedaran más claras para todos aquellos que se acercan al mundo de la panadería. Todavía no existía un libro que hiciera hincapié y explicara en profundidad los prefermentos y su importancia. Creo que hay libros colosales en torno a la masa madre, pero no sobre los prefermentos, en los que la levadura y el tiempo son fundamentales. Es el caso de los panes japoneses y otros creativos que aparecen en este libro. Así pues, me siento particularmente satisfecho con el capítulo donde explico los prefermentos o con las recetas en las que se trabaja con prefermentos diferentes. En ellos, he intentado contagiar mi amor por este tipo de procedimientos y elaboraciones que durante más de cien años fueron la base de nuestra panadería.*

*El capítulo de la masa madre fue un reto, y en él hay un trabajo de resumen importante para que puedas elaborar panes de masa madre. Y, por último, me siento muy satisfecho con los amasados, tanto a mano como a máquina, que he tratado en el libro. Amasar a mano te hará conocer a nivel primario y visual todo el proceso, verás cómo se forma el gluten durante el amasado con la ayuda de tu fuerza o habilidad, y descubrirás la autólisis y la importancia de los plegados y del orden de los ingredientes durante el amasado. Todo esto convierte el amasado en una parte fundamental para que tus panes lleguen a buen puerto. Pero lo que más me ha costado ha sido escribir la parte más teórica. En estas secciones he tratado de resolver dudas después de descubrirlas y solucionarlas yo mismo.*

*Recomiendo que antes de empezar a elaborar las recetas, leas la parte teórica. Creo firmemente que en algún momento me comentarás que es el primer libro en el que has entendido todo muy bien y que te ha servido para acabar de comprender el proceso técnico de la elaboración del pan. Por eso, he tratado de explicar el motivo por el que van sucediendo las cosas durante los diferentes pasos que conlleva la elaboración de un pan. Debo confesar que la parte teórica desde un punto de vista químico y físico siempre ha sido algo que a mí me costaba entender y explicar. No tanto el proceso en sí, sino lo que sucede en el interior de la masa durante cada paso de la elaboración. De ahí mi satisfacción al verlo plasmado en el libro.*

*Finalmente, he amenizado los capítulos con lo que yo denomino susurros, es decir, pequeñas y grandes anécdotas de toda una vida dedicada a este oficio. En todos ellos hay una parte de respeto y cariño por esta profesión para dar a conocer cómo ha ido cambiando a lo largo del tiempo. Y, sobre todo, a través de ellos, podrás conocer la historia de las personas que se dedican y se han dedicado a esto.*

*Espero que lo disfrutes.*

Las he comprobado todas y espero que te salgan bien.

Debes tener cuidado, no obstante, con la hidratación. Las harinas que yo he usado probablemente no serán las mismas que tú podrás encontrar. Aún siendo de la misma categoría, unas absorben mejor los líquidos que otras, por eso te recomiendo que no los pongas todos de golpe al iniciar el amasado, aunque sea por prudencia. La decisión de usar prefermento o masa madre en cada receta depende de ti. Te recomiendo, de todos modos, que uses las que yo describo en la receta y más adelante ya podrás hacerte las tuyas propias, escogiendo la que te parezca mejor.

Disfruta de las recetas del mismo modo que lo he hecho yo al escribir este libro.

## ANTES DE COMENZAR

Además de organizar los panes por tipologías, a cada uno de ellos le hemos dado otra clasificación, basada no tanto en su complejidad sino en todo aquello que cada receta te aportará, para que avances en tu formación de panadero. Así hemos dividido los panes en cuatro términos que podrás identificar a lo largo del libro de esta forma:



### — PANES OBRA MAESTRA —

Son panes que, por su rigor técnico, belleza, manipulación o formado tienen una dificultad de ejecución que merecen toda tu atención. El hecho de hacerlo te va a permitir descubrir tu sabiduría panera en mayúsculas.



### — PANES ILUSIONANTES —

Todas las recetas de este libro lo son. Pero el hecho de hacer estas te va a generar más ganas de seguir aprendiendo. Son recetas buscadas para que te conviertan en un panadero apasionado.



### — PANES SABIOS —

Se trata de aquellos panes que aportarán luz sobre determinados pasos, conceptos y técnicas de la panadería.



### — PANES ICÓNICOS —

Estos panes están marcados a fuego en el imaginario colectivo. Son panes típicos de algunas regiones o países. Con ellos verás distintas maneras de hacer y entender la panadería.

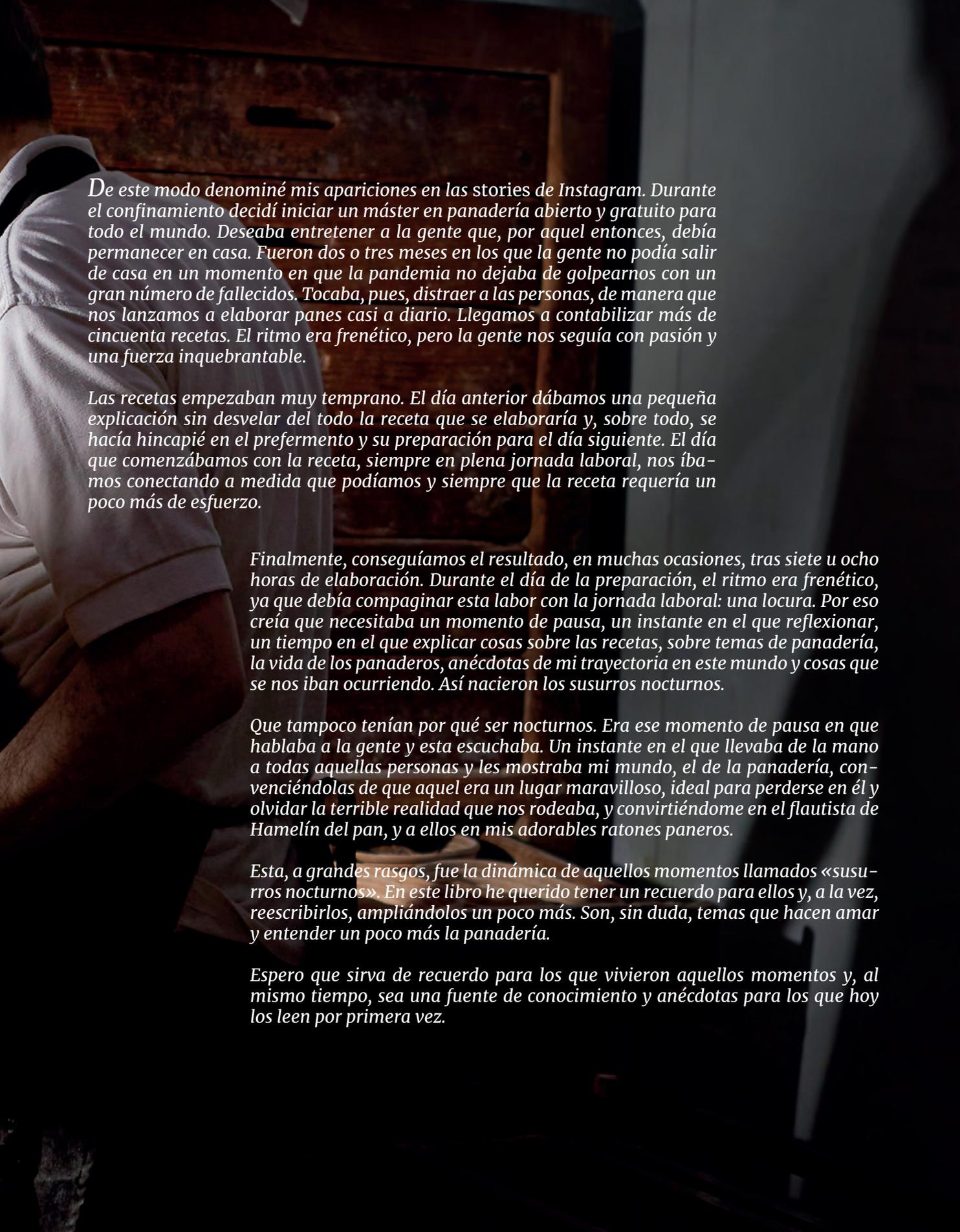
Como todas las categorías o listas que uno hace, siempre habrá quien dude de esta división o quien crea que un pan debería estar en otra categoría de la concedida. Me siento orgulloso y contento de todas las recetas, y básicamente esta división pretende ayudarte a decidirte por una u otra receta dependiendo de tus objetivos e intuiciones.

**Te animo a hacer todas las recetas.**



# SUSURROS NOCTURNOS

---



*De este modo denominé mis apariciones en las stories de Instagram. Durante el confinamiento decidí iniciar un máster en panadería abierto y gratuito para todo el mundo. Deseaba entretener a la gente que, por aquel entonces, debía permanecer en casa. Fueron dos o tres meses en los que la gente no podía salir de casa en un momento en que la pandemia no dejaba de golpearnos con un gran número de fallecidos. Tocaba, pues, distraer a las personas, de manera que nos lanzamos a elaborar panes casi a diario. Llegamos a contabilizar más de cincuenta recetas. El ritmo era frenético, pero la gente nos seguía con pasión y una fuerza inquebrantable.*

*Las recetas empezaban muy temprano. El día anterior dábamos una pequeña explicación sin desvelar del todo la receta que se elaboraría y, sobre todo, se hacía hincapié en el prefermento y su preparación para el día siguiente. El día que comenzábamos con la receta, siempre en plena jornada laboral, nos íbamos conectando a medida que podíamos y siempre que la receta requería un poco más de esfuerzo.*

*Finalmente, conseguíamos el resultado, en muchas ocasiones, tras siete u ocho horas de elaboración. Durante el día de la preparación, el ritmo era frenético, ya que debía compaginar esta labor con la jornada laboral: una locura. Por eso creía que necesitaba un momento de pausa, un instante en el que reflexionar, un tiempo en el que explicar cosas sobre las recetas, sobre temas de panadería, la vida de los panaderos, anécdotas de mi trayectoria en este mundo y cosas que se nos iban ocurriendo. Así nacieron los susurros nocturnos.*

*Que tampoco tenían por qué ser nocturnos. Era ese momento de pausa en que hablaba a la gente y esta escuchaba. Un instante en el que llevaba de la mano a todas aquellas personas y les mostraba mi mundo, el de la panadería, convencéndolas de que aquel era un lugar maravilloso, ideal para perderse en él y olvidar la terrible realidad que nos rodeaba, y convirtiéndome en el flautista de Hamelín del pan, y a ellos en mis adorables ratones paneros.*

*Esta, a grandes rasgos, fue la dinámica de aquellos momentos llamados «susurros nocturnos». En este libro he querido tener un recuerdo para ellos y, a la vez, reescribirlos, ampliándolos un poco más. Son, sin duda, temas que hacen amar y entender un poco más la panadería.*

*Espero que sirva de recuerdo para los que vivieron aquellos momentos y, al mismo tiempo, sea una fuente de conocimiento y anécdotas para los que hoy los leen por primera vez.*



# M A S A M A D R E

---

*Un universo paralelo*



MASA MADRE

PAN CON MASA MADRE.  
RECETA BÁSICA

PAN INTEGRAL  
DE MASA MADRE

PAN DE MASA MADRE DE CENTENO  
AL 50% CON AVELLANAS Y NUECES

PAN DE MORCAJO





## Un universo paralelo

En esta sección hallarás varias recetas de pan elaborado con masa madre. La de pan de masa madre básico te servirá de ejemplo para entender bien todo el proceso y luego ponerlo en práctica en otras recetas. En los otros capítulos del libro, también encontrarás la opción de utilizar tu propia masa madre o bien los prefermentos. De ahí la importancia de esta sección. Léela y reléela tantas veces como haga falta; advertirás que en la introducción pido dos cosas: implicación y sensibilidad.

Entender el proceso del pan de masa madre y todo lo que sucede en él no es fácil. Cuesta poner en práctica los diferentes pasos que hay de principio a fin de la receta; por lo tanto, es importante «implicarse» en serio para luego poder disfrutar de él cuando todo salga bien.

Hay que tener sensibilidad para saber detectar todos los cambios que van a ir sucediendo a lo largo del proceso de panificación. Recomiendo leer con atención la parte teórica para poder preparar correctamente la masa madre y que esté bien activa a pesar de la falta de tiempo o de las labores profesionales que puedan impedir una concentración total. Una buena masa madre activa constituye la base del éxito en este tipo de panes.

Del mismo modo que afirmo que cualquier panadero debe tener sus propios productos elaborados a partir de su masa madre, creo que es conveniente que los panaderos caseros conozcan este gran universo de la masa madre natural.

¡Bienvenidos a este nuevo mundo!

## MASA MADRE

*Esta parte del libro me hace mucha ilusión y supone un reto personal inmenso. Enseñar a hacer pan con masa madre es enseñar la panadería ancestral, para la cual es muy importante una sensibilidad especial. Está bien dejarla para el final de la formación y después de habernos peleado con los prefermentos y haber comprendido todos los pasos y procesos.*

*El proceso a veces no es fácil, y por el camino habrá muchos intentos que no saldrán bien. Pero eso nos hará mejores panaderos y nos ayudará a entender qué está sucediendo en cada momento. La fermentación natural con masa madre es la historia de la panadería en sí.*

*Desde que el hombre domesticó los cereales y pudo elaborar pan, este era el sistema utilizado. Hablamos de hace unos 10 000 años. ¡Qué vértigo! Y aunque el pan de aquel entonces no sería tal y como lo entendemos ahora, está claro que de aquellos inicios procede el mundo de la panadería actual. Este fue el sistema que funcionó durante milenios, pero, en el siglo xx, tras la aparición de la fermentación con levadura, se fue abandonando hasta ser casi residual. Intentaré explicar cómo elaborar un buen pan de masa madre, pero necesitaré la implicación y sensibilidad del lector. Implicación para no desfallecer en los intentos de ir aprendiendo hasta llegar a resultados óptimos. Y sensibilidad para observar todos los cambios que se producen durante todos los pasos del proceso.*

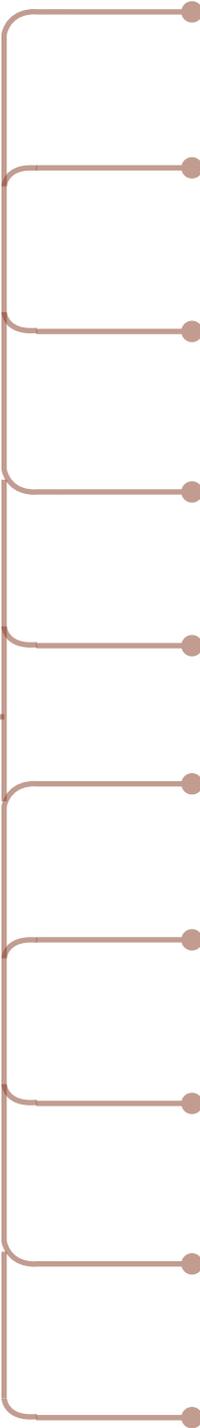




# CLÁSICOS

---

*de la panadería*



● PAN DE ACEITUNAS Y NUECES

● LLONGUET

● FOUGASSE O PAN DE COCA

● FOCACCIA

● TORTA DE ACEITE

● PAN CANDEAL

● PAN DE PAYÉS

● COCA DE FORNER

● PAN DE MOLDE

● PAN DE HAMBURGUESA



## de la panadería

*En este capítulo hemos reunido múltiples recetas que abarcan algunos de los panes básicos que debe tener cualquier panadero con productos técnicos o clásicos de la panadería española.*

*También lo hemos completado con algún pan de otros países, como la fougasse y la focaccia, o el pan de molde o para hamburguesas. En resumen, se trata de un capítulo para disfrutar de recetas clásicas de la panadería. Creo que resulta ideal para conocer y elaborar panes de toda la geografía española y la panadería en general con la ayuda de los prefermentos o la masa madre.*

*Sin embargo, antes de embarcarte en la elaboración de estos panes, convendría que estuvieras familiarizado con los de los capítulos anteriores de los prefermentos y masa madre para poder entender bien los procesos de estos panes y tener éxito con estas recetas.*

## PAN DE ACEITUNAS Y NUECES



*Ideal para aprender a introducir  
otros ingredientes en el pan.*



Una buena selección de harinas y unas aceitunas de calidad harán de este pan algo muy especial, y con seguridad pasará a ser uno de tus favoritos. Desde que empezamos a trabajar con restaurantes, este pan nunca faltó en nuestro obrador.

Añadir a la masa una buena selección de hierbas aromáticas hace de este pan algo inolvidable.

## ¿QUÉ ME GUSTARÍA QUE APRENDIERAS CON ESTA RECETA?

Lo interesante es saber aromatizar la masa con hierbas; hay que ser conscientes de que con muy poco es posible conseguir unos panes diferenciados.

Conocer las diferentes plantas aromáticas y las especias permite disfrutar de unos panes especiales.

## ingredientes

### INGREDIENTES DE LA MASA MADRE

- 35 g de masa madre
- 35 g de agua
- 35 g de harina

Tenemos que preparar la masa madre 2 o 3 horas antes de empezar la receta.

### INGREDIENTES DEL PREFERMENTO

- 150 g de harina
- 90 g de agua
- 0,2 g de levadura

Dejamos a temperatura ambiente de 10 a 12 horas.

### INGREDIENTES DE LA RECETA

- 700 g de harina panificable
- 300 g de harina T-80
- 60-100 g de masa madre o 250 g de prefermento
- 18 g de sal
- 700 g de agua
- 1-2 g de levadura
- 300-400 g de aceitunas
- 5-10 g de hierbas provenzales
- Un puñado de nueces

# PASO A PASO



## AMASADO

1

En primer lugar, mezclamos en un cuenco todos los ingredientes, excepto las hierbas, las nueces y las aceitunas.

A continuación, amasamos con cuidado durante 2 minutos y dejamos reposar durante 20 minutos. Repetimos 3 veces esta tanda de amasado-plegado suave con su posterior reposo de 15 a 20 minutos (foto 1).

En el último amasado, incorporamos las aceitunas, las nueces y las hierbas provenzales ayudándonos de plegados para que se integren mejor. Después, estiramos bien la masa y distribuimos bien las aceitunas (foto 2).

A continuación, plegamos la masa. Tras el último reposo, realizamos un buen plegado y dejamos reposar en bloque (fotos 3-4).

## REPOSO EN BLOQUE

2

Dejamos reposar en bloque durante 2 horas o hasta que la masa doble el volumen.

## PLIEGUES

3

Realizamos un par de pliegues cada 45 minutos para reforzar la estructura de la masa.

## ¿CÓMO PODEMOS CONSEGUIR QUE QUEDE MEJOR?

*Para distribuir bien las aceitunas, debemos ayudarnos de un buen laminado.*



## DIVISIÓN Y FORMADO

4

Dividimos la masa en piezas de 300 a 500 g, o del peso que deseemos. Podemos poner las piezas resultantes en un molde o en un recipiente (foto 5).

A continuación, hacemos un boleado suave intentando no desgasificar en exceso y dejamos reposar 20 minutos. Tras esto, procedemos al formado definitivo. Formamos hogazas redondas o bien chuscos largos, que pondremos en pequeños moldes (foto 6).

## COCCIÓN

5

Horneamos con vapor a 230 °C. Tras los primeros 10 minutos, bajamos la temperatura a 210 °C.

Los panes estarán listos en 20 o 25 minutos.

### SI TE OCURRE ESTO

«El pan ha quedado muy plano».



### LA SOLUCIÓN ES...

La próxima vez debemos intentar hacer los pliegues al pan en el momento preciso durante el reposo, realizar bien el formado final o cocer el pan en un molde.