

# El proceso de fabricación del pan

Seguro que alguna vez comiste pan, ¿no? Ya sea en un sándwich o también para mojar la salsa de los fideos. ¡Qué rico! ¿Sabés desde cuándo se fabrica el pan? Hay datos que indican que los primeros panes comenzaron a fabricarse hace unos cuatro mil años. Por aquel entonces, el pan se fabricaba exclusivamente con harina integral. ¿Conocés este tipo de pan? ¿Y otras variedades? Pan blanco, francés, de centeno. ¡Y podríamos seguir! A continuación, te contamos un poco más sobre ellos y te explicamos el proceso de fabricación.

En un recipiente se coloca harina y un poco de sal. Luego se agrega la mezcla de levaduras. Se amasa manualmente o con una amasadora eléctrica.

**1.** Las levaduras se mezclan con agua tibia y un poquito de azúcar. Se espera unos quince minutos.



Finalmente, los bollitos se colocan en un horno caliente hasta que se doran. Es un paso muy importante, ya que la masa de cada pan tiene una temperatura y un tiempo de cocción determinados.



Se deja reposar nuevamente en condiciones adecuadas de temperatura y humedad.



La masa “entera” se deja reposar una o dos horas en condiciones adecuadas de temperatura y humedad. Se observa que duplica su volumen.

3



## Tipos de pan



**Pan blanco o pan de trigo.** Es el más común. Se fabrica casi por completo con harina de trigo refinada, aunque también se le puede agregar un poco de harina integral. Se usan levaduras llamadas *Saccharomyces cerevisiae*, aunque también se utilizan otros microorganismos para darle aroma y sabor. Los más usados son los lactobacilos (bacterias) y algunas otras levaduras.



**Pan integral o de salvado.** Esta variedad de pan aporta más nutrientes que el pan blanco. Para fabricarlo se utilizan harinas integrales, cereales como trigo, avena o centeno.



**Pan de miga o inglés.** Es el pan que se usa para hacer los sándwiches de miga y el pan lacteado. Se cocina dentro de moldes rectangulares. También se usan levaduras.



**Pan ácimo.** Su masa es una mezcla de harina de algún cereal (por lo general trigo) con agua, a la que se le puede añadir sal, pero no levaduras. Para algunas religiones este pan tiene un significado especial. Los judíos elaboran un pan ácimo llamado *matzá* y los cristianos católicos emplean una especie de pan ácimo en forma de oblea llamada “hostia”.

GNU-FDL by Yoninah.

4



Una vez que la masa duplicó su volumen se separa y se hacen bollitos pequeños a los que se les da la forma deseada (según el pan que se quiere hacer).

El pan es un alimento popular básico, y su consumo se ha propagado por casi todo el mundo. En su fabricación, suelen usarse levaduras aunque a veces se usan otros microorganismos o ninguno, según las variedades de pan. También pueden usarse distintas harinas.

