



- La forma más rápida y fácil de elaborar pan de masa madre •



Recipe in EN



Recette en FR



Ricetta in IT



Rezept auf DE

CÓMO PREPARAR TU PAN

Antes de comenzar, lee la receta al completo para prever las cantidades y los tiempos. En verano puedes empezar la noche anterior; y en invierno, como la fermentación es más lenta debido al frío, deberás iniciar el proceso unas horas antes.

LA TARDE / NOCHE ANTERIOR:

1. En un bol, vierte **1 sobre de Masa Mater, 500 g de harina, 10 g de sal fina** y **400 ml de agua*** (si hace mucho calor o no vas a utilizar harina integral, resta 50 ml de agua para amasar más fácilmente). Te sugerimos que, como mínimo, la mitad de la harina sea de fuerza; el resto, como quieras: harina común, de centeno, integral, etc. *En invierno, recomendamos calentar antes un poco el agua.
2. Remueve con una cuchara. Opcional: añade una cucharada rasa de miel o de azúcar moreno para contrarrestar la acidez natural de la masa madre.
3. Deja reposar 30 minutos.
4. Realiza amasados cortos (2 minutos amasado + 15 minutos reposo) y repítelos 3 veces. Para evitar que se pegue la masa, humidécete las manos, pero no añadas más harina. Si la masa se te pega mucho y no puedes manejarla bien, consulta en nuestro blog las entradas *"Amasar o no amasar: cuestión de miga"* o *"El mejor amigo del panadero casero es el amasado francés"*; ahí lo explicamos al detalle.



→ Con este QR accederás a videos explicativos que te ayudarán con la receta.

5. Aceita levemente el bol, mete la masa hecha una bola y tapa el recipiente con film transparente.
6. **Primera fermentación: la masa crece.** En verano tarda 7-8 h, y en invierno unas 13 h (este proceso más lento hace el pan más sabroso). Deja fermentar el tiempo necesario para que la masa crezca.

AL DÍA SIGUIENTE:

7. Espolvorea generosamente harina sobre la encimera y coloca la masa para darle la forma que desees. Para ver distintas opciones de formado, puedes consultar el QR anterior.
8. **Segunda fermentación: ¡ya no amasamos más! Tapamos** la masa para que suba: en verano la dejaremos 1 h, y en invierno 3 h.
9. Precalienta el horno, **con la bandeja dentro**, durante 30 minutos a máxima temperatura (250 °C).
10. Con un cuchillo afilado o un cúter, haz un corte o greña al pan justo antes de introducirlo en el horno.
11. HORNEADO:
 - Pon el horno con la resistencia de abajo y sin ventilador. Si tu horno no tiene la opción de sólo abajo, coloca una bandeja que tape el calor superior.
 - Introduce en el horno el pan con su base de papel (puedes ayudarte de un cartón) y vierte medio vaso de agua directamente sobre la parte inferior del horno (NO en la bandeja donde está el pan), para generar humedad.
 - A los 20 minutos, baja a 180 °C y selecciona las resistencias de arriba y abajo (sin ventilador). Si tu horno no tiene esta opción, deja todo el tiempo sólo la resistencia de abajo.
 - Abre el horno unos segundos para eliminar el exceso de humedad, y déjalo 30 minutos más o hasta que veas la corteza dorada (si en lugar de una única pieza haces varias, el tiempo será menor).
12. Saca el pan y **déjalo enfriar sobre una rejilla**, para que no se humedezca la base.

EN PANIFICADORA, MÁS FÁCIL TODAVÍA:

1. Añade en la cubeta 1 sobre de Masa Mater, 500 g de harina a tu gusto (preferentemente de fuerza, aunque puedes mezclar varios tipos), 400 ml de agua, 10 g de sal, y opcional: 30 g de nueces, 30 g de pasas y una cucharada de miel. Selecciona cualquier programa que amase durante 10-15 minutos.
2. Apaga la panificadora o, si es posible, programa 7-13 h (alarga o acorta el tiempo en función de la temperatura de tu cocina: a más frío, más horas) para que la masa fermente. Transcurrido este tiempo, selecciona un programa completo y básico (generalmente corresponde al Programa 1*) que permita hacer 1 kg de pan. *Este programa debe incluir un amasado de 10-20 minutos, un **reposo de 1 hora (como mínimo)** y una cocción de 50 minutos aprox.

¡Mira en nuestro blog la videorreceta de Masa Mater en panificadora!



ESPECIALIDADES

Si quieres un pan con ingredientes extra, añádelos a la masa en el paso 7, antes de darle forma. Y si prefieres que sólo adornen la corteza, ponlos en el paso 10, justo antes de greñar.

Puedes encontrar recetas de pan y de postres con Masa Mater en nuestro blog.

¿Se te ha ocurrido algo especial? Te animamos a que crees tus propias versiones y compartas las fotos con la comunidad Masa Mater. ¡Nos encantará verlas! Búscanos en la página de Facebook Masa Mater, en Instagram: @masa_mater, y en Twitter @masa_mater.

