

# FERMENTADOS

## MASA MADRE



ELISA MORENO

Para elaborar pan basta contar con cuatro elementos: harina, agua, sal y levadura.

La levadura es un ingrediente que nos ayuda a que la masa fermente y suba. Se alimenta de los azúcares que contiene la harina de la masa y los transforma en alcohol, que aporta sabor y aroma al pan; y en gas carbónico que lo dotará de volumen.

Crear que el aumentar la cantidad de levadura nos puede ayudar a aumentar la velocidad del proceso, puede resultar un pan sin gran sabor y aroma.

Es muy importante mencionar el gran papel que puede jugar la sal en el proceso, ya que nos ayuda a regular la velocidad de la fermentación. Evitando así, que suba en exceso.

## ALGUNOS FERMETOS

### PATE FERMENTÉE (PIE DE MASA)

Debemos tener masa antigua, ya que se mezclará con con masa recién hecha. Se puede conservar en refrigeración y es necesario refrescar al volver a usar.

### SOAKER

Se hace a partir del remojo de cereales o harina gruesa integral en agua y leche, durante toda la noche. Se logra una pequeña fermentación que ayuda sustancialmente a la masa final.

### MASA MADRE

Es la forma más antigua que existe para fermentar. Para elaborarla únicamente necesitamos partes iguales de agua y harina. Se recomienda el uso de harina de alta calidad.

## MASA MADRE



### DÍA 1

Mezclamos 50g de harina y 50g de agua en un bowl. Lo cubrimos con papel film y le hacemos unos agujeros con un tenedor. Lo dejamos reposar por 24 horas, a temperatura ambiente.

### DÍA 2

Nos quedamos con 50g de la mezcla previa. Añadimos 50g de agua, batimos y agregamos 50g de harina y volvemos a batir. Dejamos reposar nuevamente.

### DÍA 3

Realizamos el mismo procedimiento que el día anterior.

### DÍA 4 MASA ACTIVA

La masa cuenta con burbujas y está lista para usarse. En caso de no usarla inmediatamente se guardará en refrigeración, dentro de un recipiente hermético. Una vez guardada se deberá refrescar una vez por semana.