

Semana DE LOS PANES tradicionales



Dosier actividades

Hogaza de pazo

Galicia



La **hogaza de pazo** es un pan redondo y con mucha miga, muy típico de pueblo. También era el pan más usual del medievo.

Ingredientes

- Harina de trigo
- Agua
- Fermento Natural
- Levadura
- Sal

es un enorme pan, de peso considerable y forma redonda y baja que se elaboraba tradicionalmente con harina de trigo

En su cocción se emplea leña de roble, tojo o brezo, aunque en la antigüedad se cocía igual que las tortas, sobre una piedra plana.

Se suele decir de ella que ***es el pan de fiesta*** porque la población rural empleaba habitualmente el centeno o la mezcla de centeno y maíz para hacer sus panes.

¡Era el pan usado por los pastores y gente de campo!



Pan Castilla

Castilla la mancha



El pan de castilla o libreta es un pan de origen castellano, que cuenta con **diferentes formas**.

Pesa medio kilo. Por lo general es de forma redondeada, Sin embargo, también **se puede presentar en forma de cuadros, como una rosa o trenzado**, por lo que se puede consumir de diferentes formas y tiene en la parte superior varios cortes que forman cruces.

Ingredientes

- Harina de trigo candeal
- Agua
- Levadura fresca
- Sal

La principal diferencia más allá de su morfología es que cuenta con una hidratación bastante baja, lo que le confiere una corteza lisa y brillante junto con una **miga bastante prieta pero que a la vez resulta tanto suave como sabrosa**.



Barra picos Castilla y León



El pan de picos, pertenece a las variedades del pan candeal. ***Su denominación responde a su forma***, y es que los cortes que recibe antes del horneado dan lugar a picos crujientes que decoran toda la corteza. ***Es una barra alargada con una corteza crujiente y dorada.***

Ingredientes

- Harina de trigo candeal
- Agua
- Levadura fresca
- Sal

Era un pan de celebración, pan de mesa de nobles y reyes; el favorito de Carlos V, dicen. Y representaba así todas las aspiraciones de comer bien y vivir bien. Y por eso, cuando la historia lo permitió, pasó de ser pan deseado a pan cotidiano. Un pan que representaba la riqueza por que la harina blanca era cara.

Tiene un ***alto contenido en proteínas y menos gluten que el trigo*** que se comercializa actualmente.



Picos

Andalucía



Ingredientes

- Harina de trigo
- Agua
- Levadura
- Sal
- Grasa vegetal
- Ajo (opcional)

Los **picos** (también denominados roscos o regañás) son una especie de **colines típicos en la cocina andaluza** con textura crujiente. Suele servirse frecuentemente como **acompañamiento en ciertas tapas** de jamón, así como de otros fiambres

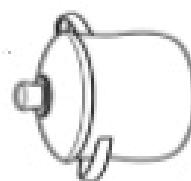
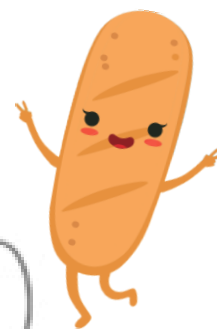
Actualmente el consumo de los picos de pan, regañás y colines es considerado **imprescindible para un adecuado equilibrio nutricional**, como parte de la Dieta Mediterránea.

Aunque estos productos tienen más de 10.000 años de historia **fueron popularizados a partir de las grandes travesías a Oriente y sobre todo a América**. Los buques partidos desde los puertos de Sevilla, Cádiz y Huelva a “Las Américas” fueron cargados, entre otros productos, de picos de pan y regañás ya que por su bajo contenido en agua eran muy apropiados para el almacenaje y los largos viajes. Estos productos de larga **conservación eran consumidos entre la tripulación de los grandes buques** como sustituto del pan.



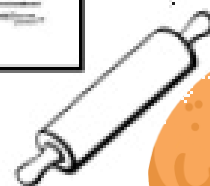
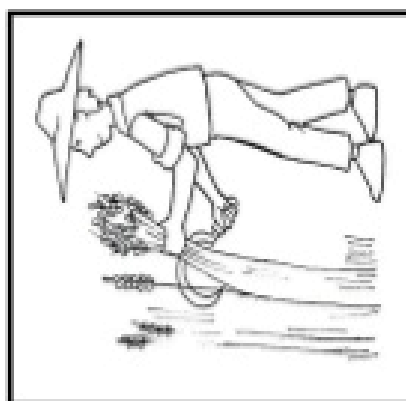
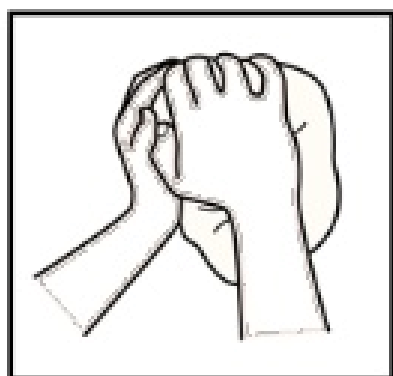
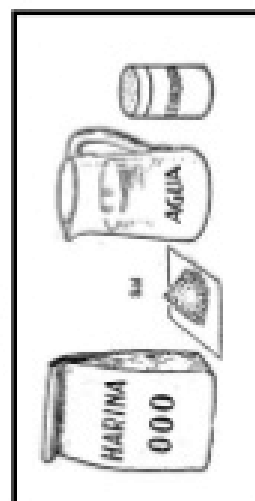
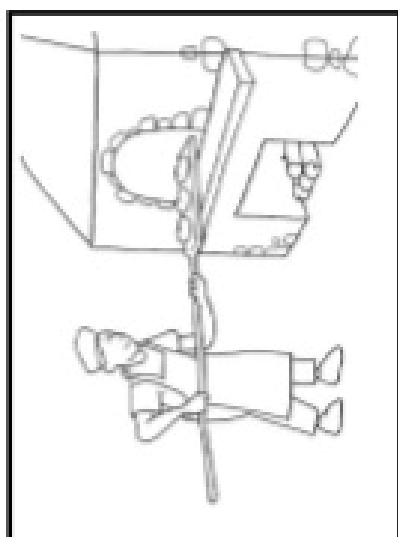
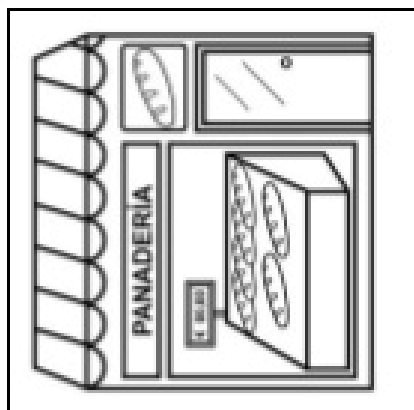
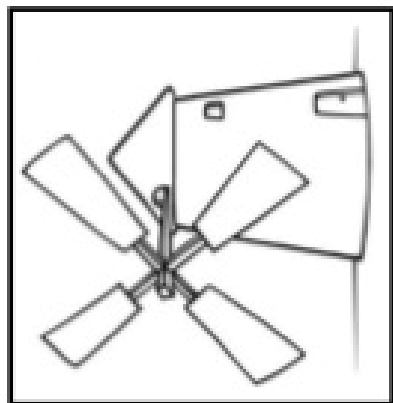
ACTIVIDAD

LOS PASOS PARA HACER PAN



RECORTA LOS SIGUIENTES DIBUJOS Y ORDENA EN LA

PÁGINA SIGUIENTE.



ACTIVIDAD

LOS PASOS PARA HACER PAN

PEGA EN ORDEN LOS PASOS QUE HAY QUE SEGUIR PARA HACER PAN

1

2

3

4

5

6

