

I.1.2.-INGREDIENTES E INSUMOS BÁSICOS DE PASTELERÍA

En Pastelería, la mantequilla, el azúcar, los huevos y la harina de trigo se constituyen en pilares fundamentales, cuya conjugación da lugar a las más exquisitas masas y batidos; no obstante es imposible soslayar la intervención de otros ingredientes, también muy importantes y usados en pastelería y sin los cuales no se conciben muchas de las dulces preparaciones.

La siguiente lista es eminentemente enunciativa y bajo ningún concepto taxativa. Hace alusión a los ingredientes básicos y de mayor uso.

En atención a su utilidad dentro de las preparaciones, podemos clasificarlos de la siguiente manera:

1 - HARINAS

La harina es uno de los pilares fundamentales de la pastelería, porque es la encargada de dar sequedad, cuerpo y estructura a la gran mayoría de las masas y batidos.

En este sentido, Harold McGee señala que " (1) la harina aporta gran parte de la estructura sólida de los bizcochos, pasteles y pastas, con su proteína y su almidón".

Por **Harina de Trigo** entendemos el producto que se obtiene de la molturación del trigo industrialmente limpio, ya que las otras harinas que proceden de cereales y/o leguminosas deben siempre llevar el apellido del grano del que proceden.

Según el código alimentario, deben tenerse en cuenta como características de la Harina: la humedad (máximo 15%), gluten seco (superior al 5,5%), y las cenizas insolubles (10%). La Harina resulta de un proceso en el que identificamos los siguientes pasos:

(1) Harold McGee "La Buena Cocina". Impreso en Limpergraf, Barcelona, España. 2010. Pág. 457.

INGREDIENTES E INSUMOS BÁSICOS DE PASTELERÍA

Siega o recolección ⇒ almacenamiento ⇒ pre-limpieza ⇒ limpieza principal ⇒ pase por rodillos de alimentación ⇒ pase por cilindros de molienda ⇒ llevada a cernidores planos para obtener: harina común, rechazos, harina fina, sémola y semolines

Si bien es posible el uso de muchos tipos de cereales y semillas, la mayoría de las masas y batidos se elaboran con harina de trigo y tal preferencia obedece, entre otras razones, a que en ella están presentes la cohesividad y vivacidad, propiedades que en criterio del antes reseñado Harold McGee *“son las que diferencian a las masas de harina de trigo de las elaboradas con otros cereales y las que hacen posible obtener ligeros y delicados panes, masas hojaldradas y pastas sedosas”* (2), pues contienen proteínas y gránulos de almidón que en combinación con el agua u otros líquidos, hacen que se forme una estructura cohesiva y homogénea.



(2) Harold McGee *“La Cocina y Los Alimentos”*. Impreso en Limpergraf, Barcelona, España. 2008. Pág. 550.

INGREDIENTES E INSUMOS BÁSICOS DE PASTERERÍA

LAS HARINAS MÁS UTILIZADAS EN PASTERERÍA (Y EN PANADERÍA) SON:

TIPOS	CARACTERÍSTICAS	APLICACIONES
HARINA DE FUERZA	Alto grado de proteínas Resiste amasados intensos Fermentación larga Admite gran cantidad de azúcares, líquidos y grasas	Ensaimadas Brioques Para mezclar con otras harinas
HARINA DE SEMIFUERZA	Plástica. Trabajo rápido Esponjosa. Desarrollo de volumen De gran elasticidad. Fermentación moderada	Hojaldre Croissants Panecillos de Viena Pan inglés Pizzas
HARINA FLOJA	Suave Fermentación débil Baja en proteínas	Para mezclar con otras harinas Pastas secas Bizcochos Lionesas Tortas Magdalenas

Cuadro tomado de: *Guía Práctica de Técnicas de Pastelería* de Isidre Puigbó, 1999.

Hay otros tipos de harinas, y veremos también su uso. Estas son sólo algunas. Hoy en día es muy importante conocerlas para poder producir elaboraciones que beneficien a los colectivos especiales (personas con intolerancias o alergias).

TIPO	USOS
Harina de avena Harina de trigo candéal Harina de gluten Harina de maíz Harina de cebada	Copas de avena Panificación Mejorante Para espesar, aligerar
Harina sarracena Harina de centeno Harina de soja Harina de salvado	Galletas, crepes, para panificación, elevan el valor alimentario



INGREDIENTES E INSUMOS BÁSICOS DE PASTELERÍA

Como ya dijimos hay otras harinas, las de los frutos secos, que son semillas ricas en aceites y bajos en contenido de almidón. Cuando son procesados para ser utilizados como harina, sólo deben utilizarse en sustitución de una porción de la harina de trigo –y no de toda- pues aportan más humedad que estructura, sin embargo sus aromas son inigualables.

EL GLUTEN

Es una mezcla de proteínas que están presentes en la harina de trigo. Se caracteriza por su elasticidad y plasticidad, que se ponen de manifiesto con la unión de la harina con el agua y luego del amasado, formando una red elástica que proporciona fuerza y resistencia a la masa, permitiendo con ello la posibilidad de albergar burbujas de aire o dióxido de carbono.

Es importante tener en cuenta que cuanto mayor sea el contenido de proteínas dentro de la harina de trigo, mayor será la resistencia y dureza de la masa, de allí que dependiendo del tipo de masa o el batido y de la textura que deseemos lograr, será necesario un mayor o un menor contenido de proteínas. La intervención de la harina de trigo con algunas técnicas e ingredientes como el azúcar, las grasas, la proporción de agua, entre otros, permiten controlar la dureza del gluten.

En pastelería, generalmente resulta frecuente el uso de harinas de trigo con baja proporción de gluten, pues son ideales para la elaboración de productos blandos y suaves.

También es importante que estas harinas carezcan de la adición de cualquier tipo de agente leudante que pueda interferir con la consistencia final deseada. Una harina de trigo sin agentes leudantes permite el control total de la cantidad que se desea añadir o incluso permite la posibilidad de trabajar con una masa libre de este tipo de ingredientes.



INGREDIENTES E INSUMOS BÁSICOS DE PASTELERÍA

LAS FÉCULAS O ALMIDONES

Son amiláceas obtenidas mediante tratamientos específicos, los más conocidos de arroz, de maíz, de papa o patata, por ejemplo. El almidón es un polisacárido de origen natural, normalmente presente en cereales como el maíz, trigo, arroz, entre otros; y tubérculos como la papa, la yuca, entre otros.

En ocasiones se utilizan como sustitutos de la harina de trigo porque otorga sutileza a algunas preparaciones como los batidos pesados y livianos.

También se usan como espesante de salsas, para lo cual se hace necesario diluirlos en agua fría y luego deben ser calentados para que se desencadenen las propiedades espesantes del mismo.

2 - AGENTES LEUDANTES

Este tipo de ingredientes llenan de aire las masas y batidos, permitiéndoles que sean más suaves, ligeros, esponjosos y voluminosos.

- **Leudantes biológicos:**

Las levaduras

Los primeros agentes leudantes utilizados para proporcionar suavidad a las preparaciones, remontan a la utilización de hongos, como las levaduras, para la elaboración de panes, cuyo metabolismo genera gases.