TODO EBOOK / COLECCIÓN PRÁCTICA

Tu primer obrador en casa

12 preparaciones para practicar tandas, porciones y organización, con un especial de Navidad



Imagen de ambientación generada con IA; no es una fotografía de una receta probada.

Fabiola López Pizarro · FLP Asesorías

Guía digital en español · Consulta práctica · Edición 2026

PREPARACIÓN 01

Hogaza rústica de trigo

1 hogaza grande; unas 14 rebanadas. | 280 min orientativos

PREPARA

- 450 g de harina de trigo
- 50 g de harina integral de trigo
- 340 ml de agua
- 7 g de levadura seca instantánea
- 10 g de sal

PASO A PASO

1. Prepara una ficha de tanda, pesa ingredientes y limpia superficie y utensilios. Usa levadura seca instantánea y líquidos alrededor de 25-30 °C; no pruebes masas crudas.

2. Mezcla harinas con agua y deja hidratar 15 minutos. Añade levadura y sal y mezcla de nuevo; la masa debe ser húmeda pero mantenerse reunida.

3. Trabaja la masa hasta que esté uniforme y más elástica, unos 8-12 minutos. Tapa y deja crecer hasta cerca del doble, normalmente 60-90 minutos; observa el volumen, no solo el reloj.

4. Bolea tensando la superficie y coloca sobre papel de horno. Tapa 40-60 minutos; antes de hornear, haz dos cortes superficiales cruzados con una cuchilla apropiada.

5. Hornea en horno precalentado a 230 °C durante 15 minutos y continúa a 200 °C durante 25-30 minutos. Busca base firme, corteza dorada y unos 94-96 °C en el centro.

6. Retira con guantes y enfría en rejilla antes de pesar, cortar y envasar. Anota unidades y peso reales para comparar la próxima tanda.

Alérgenos: Trigo (gluten)

Conservación: Enfría por completo antes de envolver. Guarda cerrado a 4 °C o menos y consume dentro de 3 días como plan doméstico corto; congela a −18 °C las porciones que no usarás. No se ha validado una duración para venta o transporte a temperatura ambiente.

No se necesita una olla de hierro ni vapor casero para esta fórmula. No viertas agua sobre la base del horno: sigue únicamente métodos de vapor autorizados por tu fabricante.