Programa
SA'KOMONIL
"Entre Todos"

UNION EUROPEA



PANADERIA Y COCINA

CISP
COMITATO INTERNAZIONALE PER LO SVILUPPO DEI POPOLI

CENTRO DE FORMACIÓN TÉCNICO ARTESANAL
"Bartolo Perlo"

PANADERIA Y COCINA

PRIMER CURSO

EQUIPO PARA PANADERIA

Horno, latas, artesa, clavijero, balanza, raspador, apachador, paleta, brocha, bolillo, moldes para cubiletes, pasteles y galletas, batidora.

HORNO:	Sirve para cocer el pan.
LATAS:	Lugar donde se coloca el pan para hornearlo.
ARTESA:	Lugar donde se echa la harina para hacer la masa de pan.
CLAVIJERO:	Donde se colocan las latas.
BALANZA:	Sirve para pesar la harina y los ingredientes.
RASPADOR:	Sirve para limpiar latas, mesas, etc.
APACHADOR:	Sirve para apachar las champurradas.
RALLADOR:	Sirve para rayar la cáscara de naranjas o limones.
BROCHA:	Sirve para lustrar algunas clases de panes.
PALETA:	Sirve para sacar las latas calientes del horno.
BODILLO	Sirve para tender la masa y para figurar alguna clase de pan.
MOLDES:	Donde se pone la masa de cubiletes o de pasteles para hornearla.
MOLDES PARA GALLETAS:	Sirve para sacar las figuras en la masa de las galletas.
BATIDORA:	Sirve para batir huevos, crema, etc.

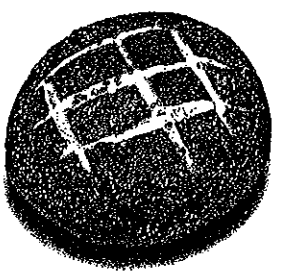
MATERIALES PARA HACER EL PAN

Harina, Azúcar, Manteca, Levadura, Royal, Queso, Huevo, Anís, Sal, Ajonjolí, Leche, Margarina, Frutas, etc.

RECETAS DE PAN

PAN DULCE

INGREDIENTES:



5	libras de harina
1	libra de azúcar
12	onzas de manteca
2 1/2	onza de royal
1 1/2	onza de levadura
5	vasos de agua

PROCEDIMIENTO:

Ponga la harina sobre la mesa en donde va a preparar la masa, agregue el royal, al mismo tiempo prepare una pileta en la misma harina, para los demás ingredientes.
Prepare un lugar para la levadura en la misma harina. La levadura es de dos clases, levadura seca y levadura fresca, si es levadura seca es necesario ponerla en un poco de agua tibia con un poco de azúcar, pero si el levadura fresca no es necesario prepararla aparte, sino que se mezcla con todos los ingredientes.
Después de haber preparado todos los ingredientes, deshaga antes el azúcar con la manteca en el agua, cuando ya esta listo mézclelo con la harina y amáselo durante 25 minutos.
Redondéelos poniéndolos en las latas limpias.
Déjelo en reposo durante 35 minutos, según el tiempo templado o frió.
Luego apache con las manos, lústrelo con una brocha ya sea con loche o con huevos.
Coloque encima de cada pan pedacitos de concha para adornarlos.
Deje en reposo durante dos horas para que crezca antes de hornear.

CONCHA:

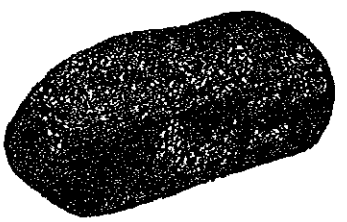
4	onzas de azúcar
	un poco de agua
4	onzas de manteca
1/2	libra de harina

Primero deshaga el azúcar en el agua, de ahí agregue la manteca y la harina, mezcle hasta que quede suave y poroso.

PAN FRANCES

INGREDIENTES:

5	libras de harina dura
2	onzas de azúcar
4	onzas de manteca
1	onza de levadura
1	onza de sal
4	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

Pese la harina y colóquela sobre la mesa formando una pileta.
Deshaga el azúcar, la sal y la manteca en el agua.

Luego incorpore la levadura mezclando todos los ingredientes, hasta obtener una masa tersa, seca y elástica.

Déjela fermentar durante dos horas aproximadamente y cúbrela con una manta para que no se forme costra.

Durante la fermentación tome un pedacito de la masa, haga una chibolita, póngala en un vaso de agua, déjela a la par de la masa y cuando la chibolita sube sobre el agua, quiere decir que ya esta lista la masa.

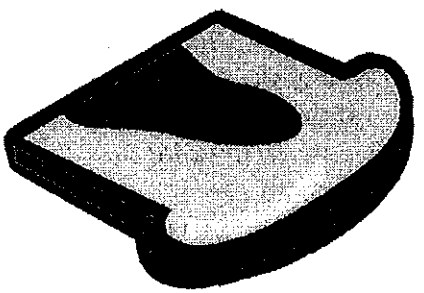
Redondéelas, póngalas en la tapa limpia, bañada con un poco de manteca.
Tome la lata que lleno primero y otra vacía póngala sobre la mesa de trabajo.
Agarre una bolita en cada mano, póngalas sobre la mesa, divida en dos cada bolita, con el canto de la mano, haciendo presión contra la mesa sin cortarla.
Coloque en filas de 5 cada tira, con un bolillo se da vuelta y se queda el bolillo abajo golpeando las puntas de los panes.

Déjelo fermentar por espacio de dos horas aproximadamente.
Hornéelo a una temperatura de 320° a 350° grados.

PAN TOSTADO

INGREDIENTES:

5	libras de harina (suave)
2 1/2	libras de azúcar
1	libra de manteca
2 1/2	onza de royal
1	pizca de levadura
1/2	onza de sal
3	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

Pese la harina y el royal, póngalos sobre la mesa, forme una pileta.
Agregue azúcar y manteca.

Disuelva la sal en agua y mezcle bien todo.
Revuelva la harina formando una masa, un tanto seca, dura y porosa.
Revuelva poco a poco evitando que la masa agarre elasticidad, debe quedar totalmente porosa para trabajarla mejor.

Agarre un poco de masa en cada mano, redondéela haciendo un movimiento circular, tratando que en medio quede un poco grande.
Pásele un lado en el azúcar para que se impregne en la masa, colóquelas en las latas con la parte azucarada encima.

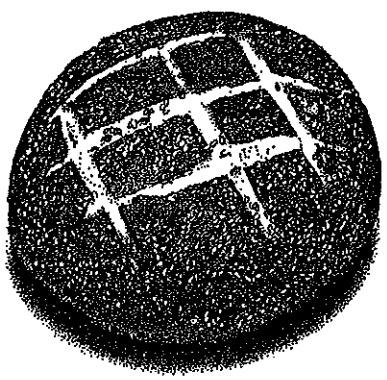
CHURROS:

Agarre un poquito de la masa, denle forma de cilindro alargado haciendo movimiento de adelante hacia atrás, presionando un poco contra la mesa..
Tome un pedacito y forme una trenza doblando ambas puntas.
Pásele en el azúcar para que impregne o pegue en la masa.

PAN DE ANIS

INGREDIENTES:

5	libras de harina
1	libra de azúcar
10	onzas de manteca
2 1/2	onzas de royal
2	onzas de levadura
2	onzas de anís
1/2	onza de sal
4	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

Ponga la harina sobre la mesa donde se va a preparar la masa, agregue el royal sobre la harina, al mismo tiempo prepare una pileta en la misma harina, para los demás ingredientes, como azúcar, manteca, sal, agua.

Prepare un lugar para la levadura en la misma harina.
Deshaga antes el azúcar con la manteca en el agua, cuando ya esta listo comience a mezclarlo con la harina, amase durante 25 minutos.
Agregue el anís, siga amasando hasta que la masa quede suave y lisa.
Limpie y prepare las latas.

Prepare los panes y páselos en la harina regada.

Divida en dos cada pan en partes desiguales con el canto de la mano presionando contra la mesa, moviendo de adentro hacia fuera.
Colóquelos en la lata con la parte pequeña hacia arriba.

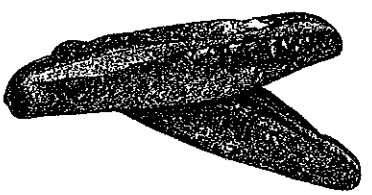
Déjelo en reposo durante dos horas.

Harnéelo a una temperatura aproximadamente de 250º a 275º grados.

PAN PIRUJO

INGREDIENTES:

5	libras de harina
2	onzas de azúcar
4	onzas de manteca
4 1/2	onzas de levadura
1/2	onza de sal
3	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

Sobre la mesa forme una pileta con la harina.
Mezcle todos los ingredientes con el agua incluyendo la levadura e incorpore poco a poco la harina hasta formar la masa seca, tersa y elástica.

Deje fermentar durante media hora o mas dependiendo el tiempo y la forma en que se deja la masa, cúbralo con una manta, para que no se forme costra durante la fermentación.

Redondeo:

Tome un poquito de la masa en cada mano redondéelas sobre el tablero dando un movimiento de rotación hasta que quede redondeada y lisa.
Colóquelas en las latas preparadas formando filas.
Las latas llenas colóquelas en el clavijero dejando fermentar un rato.

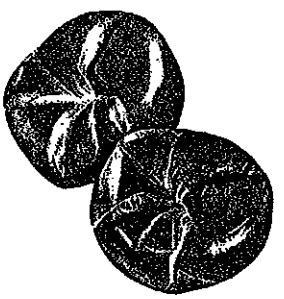
Figurado:

Tome la lata que lleno primero y póngala sobre la mesa y comience a figurarla.
Tome un redondo en cada mano, haga un movimiento circular sobre la mesa, oprimiendo más, los extremos que el de en medio.
Este lo puede hacer en tiras de 6 panes o sueltos.
Lústrelos con huevos o leche para tener buena presentación.
Déjelo fermentar hasta que tenga el tamaño deseado.
Hornéelo en horno templado.
Introdúzcalo en el horno, colóquelos con cuidado, para que no se baje la soltura, llene el horno, cierra la compuerta y espere la cocción.

PAN RECADO

INGREDIENTES:

5	libras de harina
5	onzas de manteca
10	onzas de azúcar
1 1/2	onza de levadura
1/2	onza de sal
5	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

Con la harina forme un pileta sobre la mesa.
Prepare la levadura en un poco de agua tibia con un poco de azúcar, agregue la sal.
Mezcle los ingredientes, jalando poco a poco la harina, hasta obtener una masa suave y un poco elástica.
Limpie bien las latas y la mesa.

Redondee la masa, ponga las bolitas en las latas y pase las latas en los clavijeros para fermentar.

Riegue un poco de harina sobre la mesa.

Figure los panes empezando de la lata que lleno primero, sumérgelas o báñalas en la harina regada.

Regréselas en las latas.

PAN CHAMPURRADA

INGREDIENTES:

5	libras de harina suave
2 1/2	libras de azúcar
1	libra de manteca
2	onzas de royal
1/2	onza de sal
3	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

Eche la harina sobre la mesa, polvoréela con el royal y con eso haga una pileta. Agregue los ingredientes, junto con el agua, mézclelos despacio jalando la harina poco a poco hasta que quede suave y pastosa.

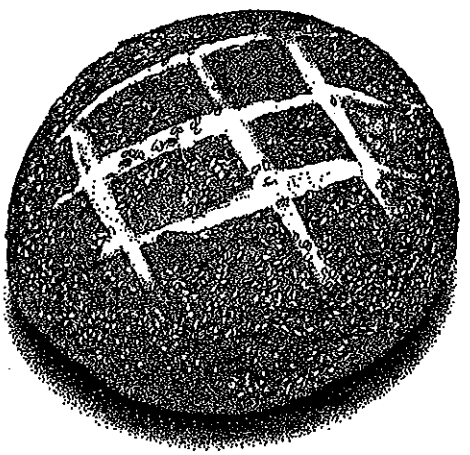
Evite que esta masa agarre mucha elasticidad.

Redondéelas y colóquelas en las latas en forma separada para que al figurarlas no se peguen, las latas llenas ordénelas en los clavijeros.
Figure las bolitas apachándolas.

Lústrelas con agua y azúcar, aplique con una brocha.
Hornee a una temperatura baja, para que no se quemen.

PAN DE QUESO

INGREDIENTES:



5	libras de harina
1 1/2	libra de azúcar
12	onzas de manteca
1	onza de levadura
2 1/2	onzas de royal
1/2	libra de queso
5	huevos
un poco de leche	
1/2	onza de sal
3 1/2	vasos de agua

PROCEDIMIENTO:

Para preparar esta, se sigue el mismo procedimiento del pan batido, la diferencia es el queso seco y los huevos.
También se puede agregar leche si hay.

Se comienza a deshacer el azúcar, manteca y el queso.
Amáselos durante 25 minutos o más

El tamaño de cada pan puede ser de 1 onza o media libra, la otra diferencia de esta clase de pan es la concha con queso seco, a la concha se le hace unas figuras rayadas u otros.

Déjelo fermentar.

Lustrarlos con huevos, leche o azúcar con agua.

Harnéelo a temperatura templada.

FRANCES DE MANTEQUILLA

INGREDIENTES:



5	libras de harina
5	onzas de azúcar
5	onzas de manteca o margarina
2	onzas de levadura
1	onza de leche
1/2	onza de sal
3 1/2	tazas de agua

PROCEDIMIENTO:

Ponga sobre la mesa la harina y la leche, luego forme una pileta para mezclar los demás ingredientes.
Deshaga el azúcar con la manteca, en seguida los demás ingredientes.
Agregue la harina poco a poco, hasta obtener una masa tersa seca y elástica.
Cubra la masa con una servilleta para que fermente, por espacio de una hora aproximadamente.

Figurado:

Corte la masa aproximadamente de diez onzas, utilizando raspador o cuchillo.
Quite la soltura golpeando con el canto de la mano.
Haga la forma de un pirujo grande.
Lústrelo con huevos, leche o azúcar con agua.
Hornéelo en horno medio caliente.

PAN ROYAL

INGREDIENTES:



5	libras de harina
2	libras de azúcar
12	onzas de manteca
1/2	onza de levadura
3	onzas de royal
1/2	onza de sal
5	vasos de agua

PROCEDIMIENTO:

La harina y el royal póngalo sobre la mesa y forme una pileta.
Prepare una pileta aparte para disolver la levadura.
Deshaga el azúcar.
Mezcle los demás ingredientes incorporando poco a poco la harina hasta obtener una masa suave.
Limpie bien las latas y úntelas con un poco de manteca derretida, cubriendo todo el fondo.
Luego tome un poquito de la masa con las manos y con una mano forme un embudo y comience a tirarla en las latas tratando de colocarlas ordenadamente.
Hornee cuando el horno esta caliente, trate de no dejar mucho tiempo en fermentación.

Programa SA' KOMONIL "Entre Todos"

CENTRO DE FORMACION TECNICO ARTESANAL
"BARTOLO PERLO"
SAN JUAN CHAMELCO, ALTA VERAPAZ

UNION EUROPEA

SEGUNDO CURSO

PANADERIA Y COCINA

CISP COMITATO INTERNAZIONALE PER LO SVILUPPO DEI POPOLI

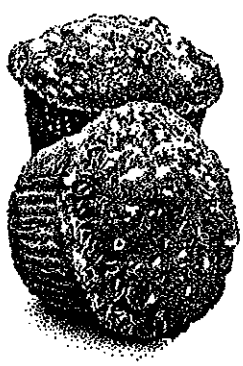
CENTRO DE FORMACION TECNICO ARTESANAL "Bartolo Perlo"

PANADERIA Y COCINA

SEGUNDO CURSO

PAN CUBILETE

INGREDIENTES:



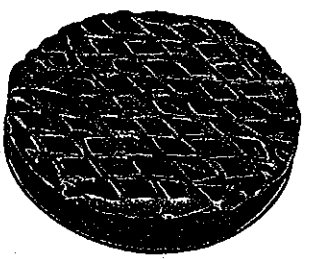
3	libras de harina
1 1/2	libra de azúcar
1/2	libra de manteca
1 1/2	onza de royal
1/2	onza de levadura
1/2	onza de sal
3	huevos
	vainilla al gusto
4 1/2	vasos de agua

PROCEDIMIENTO:

Prepare la levadura con un poco de agua tibia.
Eche la harina sobre la mesa formando una pileta.
Derrita la manteca, azúcar y la sal.
Mezcle el azúcar hasta obtener una masa cremosa, luego incorpore los huevos, continúe mezclando, agregue el agua.
Revuelva con la harina hasta obtener una masa sedosa.
Lave y seque bien los moldes, deshaga un poco de manteca y engrase el fondo de los moldes.
Hornee inmediatamente después de haber llenado los moldes, sin necesidad de fermentación. A temperatura de 350° a 450° grados.

TORTA DULCE

INGREDIENTES:



10	libras de harina
3	libras de azúcar
1 1/2	libras de manteca
6	onzas de royal
2	onzas de levadura
1	onza de sal
8	vasos de agua

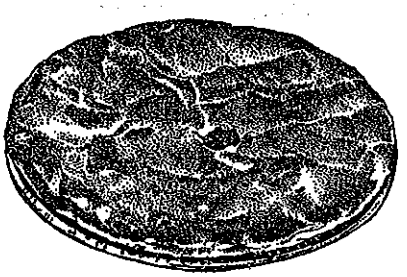
PROCEDIMIENTO:

Forme una pileta sobre la mesa con la harina, polvoreando con el royal.
Prepare la levadura al lado.
Deshaga los ingredientes en el agua, agregue la levadura.
Poco a poco comience a mezclar con la harina jalando los bordes, hasta que la masa este bien mezclada.
Aparte un poco de la masa para la corona.
Redondée de 4 u 8 onzas de masa. Póngala en las latas limpias.
Aplaste ligeramente los panes con las yemas de los dedos, para que se expanden.
Lústrelos con una brocha con agua o leche y colóquele la corona.
Riegue un poco de harina sobre la mesa, agarre un poco de la masa que aparto, póngala sobre la harina, extiéndala con un bolillo dejándola a un grosor de 3 milímetros aproximadamente. Córtelas en tiras de un centímetro de ancho con cuchillo o rapador.
Haga cortes de un lado a medio centímetro.
Déjela fermentar por espacio de dos horas aproximadamente, se puede hornear en horno templado.

TORTA RECADO

INGREDIENTES:

5	libras de harina
12	onzas de azúcar
8	onzas de manteca
1	onza de levadura
2	onzas de royal
1/2	onza de sal
4 ó 5	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

Ponga la harina sobre la mesa junto con el royal, con eso forme una pileta para diluir la levadura.

Agregue los demás ingredientes, mézclelos con la harina jalando las orillas poco a poco para obtener una masa suave, tersa y elástica.

Seguidamente se redondea la masa con tamaño aproximadamente de cuatro u ocho onzas, poniéndolas separadas en las latas para que no se peguen durante la fermentación.

Con un bolillo marque una línea o una cruz sobre los panes, dependiendo del tamaño. Si es de una libra tienen que salir ocho o diez pedazos.

Riegue un poco de harina sobre la mesa y bañe en eso los panes.

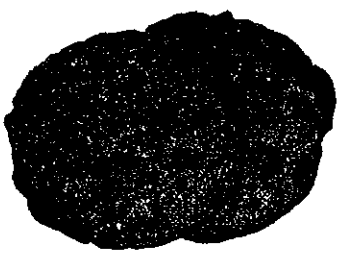
Coloque en las latas los panes ya figurados dejando la parte marcada hacia abajo después de un rato hay que darles vuelta dejando la parte marcada hacia arriba y así espere la fermentación.

Hornéelo a temperatura templada o sea que no este muy caliente para que la cocción sea pareja.

PAN DE CANELA

INGREDIENTES:

10	libras de harina
2	libras de azúcar
1	libra de manteca
6	onzas de royal
2	onzas de levadura
10	huevos
6	sobres de canela en polvo
1	onza de sal
7 ó 8	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

Prepare la levadura en un vaso de agua tibia con un poco de azúcar.
Revuelva la harina con el royal y haga una pileta sobre la mesa.
Pese los demás ingredientes menos la canela.
Agregue los ingredientes menos la canela, mézclelos con el agua incorporando poco a poco la harina, agregue la canela continúe mezclando hasta obtener la masa suave y elástica.
Agarre un poquito de la masa en cada mano, dele un movimiento de rotación, ejerciendo una ligera presión sobre la masa.
Póngalos en la lata con una ligera presión para que se expande.

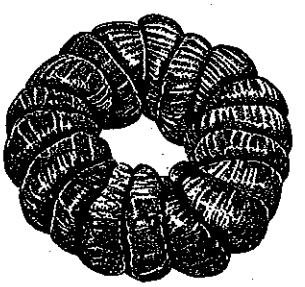
Concha o adorno:

Puede poner el adorno con la misma pasta del pan en forma de espiral, bigotes, etc.
Después del figurado deje fermentar durante 2 horas.
Hornee cuando crea conveniente a temperatura templada.

PAN DONAS

INGREDIENTES:

5	libras de harina
1	libra de azúcar
12	onzas de manteca
1 1/2	onzas de levadura
5	huevos
1/2	onza de sal
4	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

Forme una pileta con la harina sobre la mesa y haga un pequeña para la levadura.
Deshaga por completo el azúcar y la manteca, mezcle los demás ingredientes con la levadura e incorpore la harina poco a poco hasta que se obtiene una masa un tanto suave, tersa y elástica.
Tome un pedazo de la masa, redondéelo, dándole una forma esférica.
Limpie las latas y espolvoree con un poco de harina, coloque los redondos en las latas enharinadas poniéndolos separados.

Figurado:

Tome la lata que lleno primero, fíjese si ya fermento un poco y empiece a figurarlos.

Proceso:

Tome un redondo y páselo en un poco de harina. Con el dedo índice hágale un agujero, luego gírelo sobre el dedo aplanándolo ligeramente hasta que tenga la forma de un círculo.
Regrese las donas en la lata enharinada y colóquelas separadamente de manera que queden regados, espere que fermenten para poder freír.
Ponga a freír 3 libras de manteca al fuego mientras fermentan las donas, cuando comienza a hervir tome las donas de las latas y póngalas a freír en la manteca.

Tome un palillo o cualquier utensilio para voltearla cuando este cociendo.
Sáquela cuando este bien cocida.
Escúrralas para que no lleven mucha manteca, báñelas en azúcar.
Póngalas en otra lata limpia.

Donas de chocolate:

Cuando quiere hacer donas con chocolate espere que estén completamente frías las donas.

Derrita un poco de chocolate en polvo, para bañar las donas.

Adorne las donas con coco rayado, anisillo, vainilla, etc.

Para bolas de Berlín:

Para hacer las bolas de Berlín, tiene que freír las bolas que sería para donas.

Tome las bolas, póngalas a freír a fuego lento, para que su cocción sea pareja y al igual que las donas cuando se cose la primera parte denle vuelta para que se cosa la otra parte.

Sáquelas de la manteca, déjalas enfriar.

Échele azúcar.

Las bolas frías tómalas, con un cuchillo córtelas a la mitad, pero sin desprenderlas.

Llénalas con manjar o jalea.

POLVOROSAS

INGREDIENTES:



5	libras de harina
2 1/2	libras de azúcar
2	libras de manteca
2	onzas de royal
2	cucharadas de vainilla o jalea
	Un poco de colorante amarillo o solución de yemas.
4	vasos de agua o menos

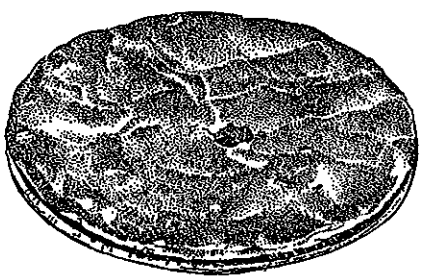
PROCEDIMIENTO:

Revuelva el azúcar, la manteca y la vainilla hasta obtener una masa cremosa.
Agregue el agua y siga batiendo hasta que se mezcle bien todo.
Agregue la harina con los demás ingredientes, mezcle despacio hasta obtener una masa un tanto seca y porosa.
Tome un pedazo de la masa y estírela sobre la mesa dándole una forma de cilindro.
Con las manos haga un movimiento de adelante hacia atrás haciendo presión sobre la mesa, trate que quede compacto, para que al cortarlo no se desmorone.
Forme un cilindro del tamaño que desee, después de haber formado los cilindros, póngalos a la orilla de la mesa. Córtelos con un cuchillo por trocitos delgados en forma redonda.
Los trocitos cortados póngalos en las latas y en el centro de cada uno échele un poco de jalea.
La jalea se puede poner con una cucharita o bien vaciando un cartucho.

PAN XECA

INGREDIENTES:

5	libras de harina
2	libras de azúcar
1	onza de royal
1	onza de levadura
4	onzas de manteca
2	huevos
3	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

Haga una pileta en medio de la harina en donde se colocaran todos los ingredientes.
Revuélvalos durante 25 ó 30 minutos.
Cuando ya esta lista la masa comience a redondearla con un poco de manteca.
Después de redondearla se deja un rato.
Apache las bolitas con un bolillo, con cuchillo o raspador ábrelas en el medio.
Hornee en horno lento.

PAN CORTADO

INGREDIENTES:

5	libras de harina
1 1/2	libras de azúcar
12	onzas de manteca
2	onzas de royal
1	onza de levadura
1/2	onza de sal
3	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

Ponga la harina sobre la mesa en donde va a preparar la masa, agregue el royal, al mismo tiempo prepare un pileta en la misma harina, para los demás ingredientes. Prepare un lugar para la levadura en la misma harina. La levadura es de dos clases, levadura seca y levadura fresca, si es levadura seca es necesario ponerla en un poco de agua tibia con un poco de azúcar, pero si es levadura fresca no es necesario prepararla aparte, sino que se mezcla con todos lo ingredientes. Después de haber preparado todos los ingredientes, deshaga antes el azúcar con la manteca en el agua, cuando ya esta listo mézclelo con la harina y amáselo durante 25 minutos.
Redondéelos poniéndolos en las latas limpias.
Déjelo en reposo durante 35 minutos, según el tiempo templado o frió.
Luego apache con las manos, lústrelo con una brocha ya sea con leche o con huevos,
Coloque encima de cada pan pedacitos de concha para adornarlos.
Deje en reposo durante dos horas para que crezca antes de hornear.

Esta pasta es igual con la masa del pan Dulce, la diferencia es un poco el tamaño e ingredientes, pero de amasarlo es la misma con los otros panes, la figura hacerlo es larga o también se puede pesar de 1/2 libra a 1 libra.
Cuando se hace la figura se pone en las latas limpias, a reposar unos 20 ó 30 minutos de allí se apacha, se lustra con agua y azúcar, se corta un poquito solo seña de cuchillo y se riega un poco de azúcar encima. Se hornea en horno lento.

PIRUJO DE MANTEQUILLA

INGREDIENTES:

5	libras de harina
1	libras de margarina
4	onzas de azúcar
1	onza de levadura
1	onza de sal
5	huevos
4	onzas de leche en polvo
4 ó 5	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

El pirujo de mantequilla es casi igual que el pirujo corriente, la diferencia esta en los ingredientes, el figurado es igual.
El tiempo que debe reposar es de 15 minutos y en seguida se comienza a redondear y se deja nuevamente reposar por lo menos 10 minutos.
Después comience a hacer los pirujos.
Lústrelo con nuevos o leche, adórnelos con ajonjolí, déjelo en reposo para que tenga soltura.
Hornee en horno templado.

Proyecto SA' KOMONIL "Entre Todos"

CENTRO DE FORMACION TECNICO ARTESANAL
"BARTOLO PERLO"
SAN JUAN CHAMELCO, ALTA VERAPAZ

UNION EUROPEA

TERCER CURSO

PANADERIA Y COCINA

CISP COMITATO INTERNAZIONALE PER LO SVILUPPO DEI POPOLI

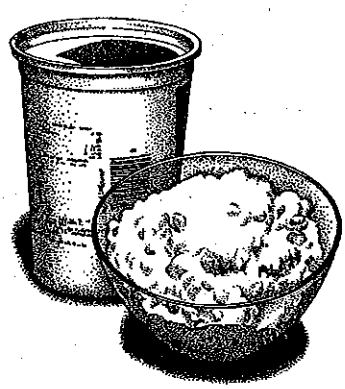
CENTRO DE FORMACION TECNICO ARTESANAL "Bartolo Perlo"

PANADERIA Y COCINA

TERCER CURSO

MANJAR DE LECHE

INGREDIENTES:



4	onzas de azúcar
3	onzas de maicena
1	litro de leche
1	raja de canela
	vainilla al gusto
1	gramo de sal
2	vasos de agua

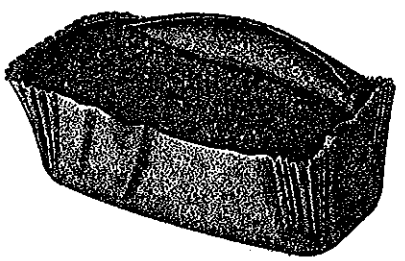
PROCEDIMIENTO:

Mezclar azúcar, maicena, sal y vainilla con un poco de leche con agua.
Hierba la leche con canela en un recipiente.
Agregue la mezcal preparada, siga hirviendo a fuego lento moviéndola constantemente con una paleta hasta que se espese.
Utilícela para postre o adorno de algunos pasteles, empanada de manjar, borrachos, etc.
Cuida que los recipientes que se utilizan estén libres de impurezas o grasas para que no se corte.

MARQUEZOTE

INGREDIENTES:

6	libras de harina
3	libras de azúcar
3	libras de margarina
4	onzas de royal
10	huevos
1 1/2	onza de levadura (si es necesario)
1	litro de agua
	vainilla al gusto



PROCEDIMIENTO:

Pese el azúcar y la margarina y deshágalos hasta obtener una masa cremosa, agregue los huevos y mézclelo bien con la pasta hasta que la mezcla quede uniforme.
Agregue la harina y el royal y revuélvalo despacio por ultimo agregue la leche o agua tibia.
Puede utilizar un onza de levadura para que crezca un poquito.

Preparación del molde o lata: limpie bien la lata o molde que va a utilizar y cubra la parte interior con un papel el fondo como las orillas.

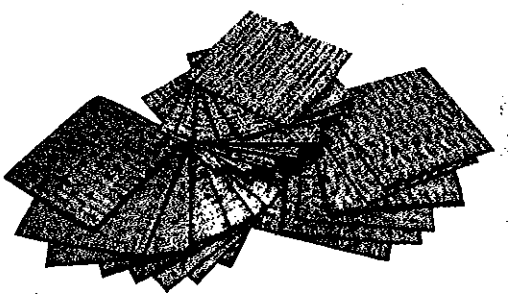
Horneado:
Hornee el marquezote en horno medio caliente, preferible a 200° grados para que el marquezote se cosa bien. Para ver si esta cocido se puede introducir un cuchillo o un palillo, si el cuchillo ya no trae agua en la punta significa que el pastel esta cocido.

Decoración:
Si usted desea lo puede adornar.

PASTA DE MIL HOHAS

INGREDIENTES:

5	libras de harina
1/2	libra de manteca
3	libras de margarina
1	onza de sal
6	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

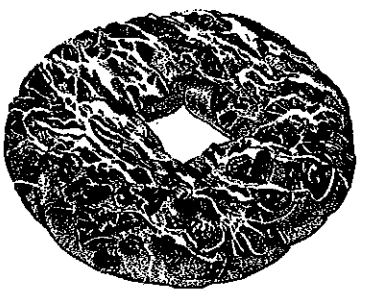
Pese la harina y haga un circulo, agregue el agua y deshaga la sal. Mezcle la manteca en el agua hasta que agarre cuerpo la pasta y amásela un rato tratando que quede con elasticidad, la pasta tiene que quedar suave. Riegue un poco de harina sobre la mesa, ponga la pasta sobre la parte enharinada y espolvoree con harina. Sobre la pasta apoye las manos y presione ligeramente hacia abajo para que se expanda y forme un paño, incorpore la margarina sobre el paño deshaciéndola un poco. Levante las orillas del la pasta y dóblelas tratando de cubrir totalmente la margarina y dejando en forma cuadrada o rectangular. Estire la pasta y dóblela. Levante la pasta ya con margarina y espolvoree harina sobre la mesa, tome un bolillo y comience a pasar encima de la pasta ejerciendo presión hacia abajo para que vaya extendiéndose en forma rectangular. Tome un extremo de la pasta, dóblela cubriendo la mitad, doble el otro extremo, agarre los dos extremos y dóblelos, luego levante la pasta y póngala en una lata enharinada y déjela reposar un rato. Repita esta operación 4 veces, déjela reposar un rato y de allí extiéndala nuevamente con un bolillo. Cuando se estira la cuarta vez se corta en tiras, luego pique con un cuchillo las tiras de mil hojas en medio y a lo largo, tome cada tira de mil hojas con las manos y póngalas en las latas, luego hornee en horno caliente.

DECORADO DE MIL HOJAS:

Después de hornear deje enfriar un rato mientas prepare la mantequilla. En la parte superior de una mil hojas ponga otra mil hojas que ya tiene mantequilla y unte nuevamente con mantequilla la que deja encima, luego prepare un poco de miga de la misma pasta para ponerla sobre la mil hojas seguidamente corte en porciones de tamaño regular.

MAGDALENA

INGREDIENTES:



6	libras de harina
4	libras de azúcar
2	libras de margarina
3	onzas de royal
20	huevos
1	onza de levadura
2	naranjas rayadas
4	vasos de agua
5	onzas de pasas ó fruta cristalizada

PROCEDIMIENTO:

Pese la margarina y el azúcar, mezcle los ingredientes hasta obtener una pasta cremosa, agregue los huevos y siga mezclando hasta que la mezcla quede uniforme.
Agregue la harina, leche y el royal, luego agregue 4 vasos de agua, bátalo hasta obtener una mezcla suave sedosa.

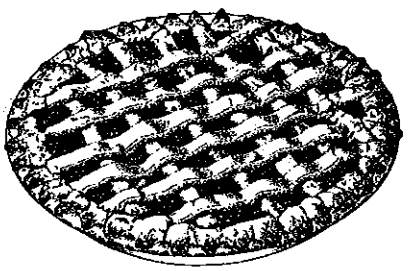
Llenado de molde:
Unte con manteca o margarina los moldes limpios, espolvoree con harina, tome la pasta con las manos y comience a llenar los moldes a la mitad.

Hornee:
La magdalena se hornea aproximadamente 25 minutos, después del horneado déjela enfriar y luego desmolde para que no quede pegada la pasta al molde.

PAY DE BANANO

INGREDIENTES:

3	libras de harina
1	libras de azúcar
1	libras de margarina
1 1/2	onza de royal
1/2	onza de sal
3	tapitas de vainilla
1	vasos de agua



PROCEDIMIENTO:

Ponga la harina y el royal sobre la mesa, haga una pileta para los ingredientes. Pese el azúcar, la margarina, la sal y seguidamente comience a deshacerlos, hasta obtener una pasta cremosa y uniforme.
Seguidamente revuelva los ingredientes poco a poco con la harina hasta obtener una masa suave y porosa.
Riegue un poco de harina sobre la mesa, tome un poco de masa y amásela bien, luego póngala sobre la mesa, en seguida se comienza a extenderla con el bolillo, se estira del grosor que uno quiere y se alista el molde para poner la masa, cubra el interior del molde totalmente, luego ponga la frura preparada para hacer el pay.
La fruta cocida puede ser de piña, manzana, durazno, melocotón, banano.
Cubra la masa con la fruta y póngale otra capa pata cubrir la fruta o bien pequeñas tiras de la misma masa, lustre esas tiras con leche disuelto en agua, huevos o con azúcar.

Horneo:
El pay se cose en horno medio caliente.

HOJALDRE



INGREDIENTES:

1 1/2	libra de harina
1/2	onza de sal
	un poco de bicarbonato
1	huevo
2	vasos de agua

PARA FREÍR:

1	libra de manteca
1/2	libra de azúcar

PROCEDIMIENTO:

Primero pesar la harina y hacer una pileta para los demás ingredientes, se agregan huevos, agua, sal, bicarbonato y se amasa bien bien hasta que la masa quede suave. En seguida se comienza a arreglar, con un poco harina sobre la mesa se estira con las manos y se pone en la manteca a freír.

Cuando sale de la manteca se riega un poco de azúcar encima.

CUBILETE ESPECIAL

INGREDIENTES:

5	libras de harina
2	libras de azúcar
1 1/2	libra de margarina
10	huevos
1	litro de leche o 4 onzas en polvo
2	vasos de agua
2	tapitas de vainilla blanca
3	tapitas de solución de yemas
3	onzas de royal



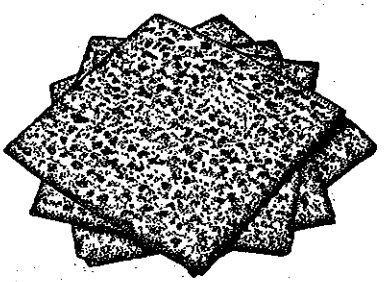
PROCEDIMIENTO:

Para hacer cubilete especial hay que seguir el mismo procedimiento del marquesote.
A esta clase de cubilete se puede agregar chocolate.
Hornee un horno medio caliente.

GALLETAS

INGREDIENTES:

2	libras de harina
1	libra de azúcar
1	libra de margarina
1/2	onza de royal
	vainilla al gusto
1	vaso de agua



PROCEDIMIENTO:

Pese la harina con el royal y póngalo sobre la mesa de trabajo, forme una pileta para los demás ingredientes. Pese la margarina, azúcar, sal, vainilla y comience a revolverlos con la harina hasta obtener una pasta suave y porosa.

Polvoree un poco de harina sobre la mesa y ponga la masa encima, luego tome un bolillo y presione hacia abajo sobre la masa para extenderla, tiene que quedar un poco delgada, seguidamente córtela con un molde circular o cuadrado.
Después levante la masa cortada y póngala en la lata limpia.

El resto que queda vuelva a estirarlo y repita el mismo procedimiento hasta terminar la masa.

Después del horneado déjelas enfriar un rato, luego, péguelas de dos en dos con un poco de crema o mantequilla y por ultimo báñelo en chocolate o azúcar glas y riéguelas por encima con coco rayado o manías molidas o bien anisillos de colores.

Programa SA' KOMONIL "Entre Todos"

CENTRO DE FORMACION TECNICO ARTESANAL
"BARTOLO PERLO"
SAN JUAN CHAMELCO, ALTA VERAPAZ

UNION EUROPEA

CUARTO CURSO

PANADERIA Y COCINA

CISP COMITATO INTERNAZIONALE PER LO SVILUPPO DEI POPOLI

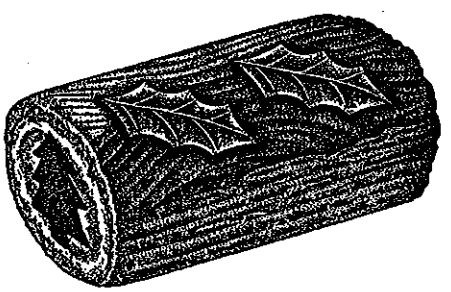
CENTRO DE FORMACION TECNICO ARTESANAL "Bartolo Perlo"

PANADERIA Y COCINA

CUARTO CURSO

BRAZO GITANO

INGREDIENTES:



8	huevos
1/2	libra de azúcar
1/2	onza de royal
	un poco de vainilla
1/2	libra de harina

PROCEDIMIENTO:

Para preparar el brazo gitano, primero se ponen los huevos en un recipiente limpio y se baten, cuando ya están listos se agrega 1/2 libra de azúcar y se mezcla todo, se sigue batiendo hasta el punto de nieve.

Cuando ya esta lista se agregan los demás ingredientes, hay que seguir moviendo despacio hasta que se mezclen bien la harina y los huevos.
Luego se pone en una lata forrada de papel y en seguida se hornea.

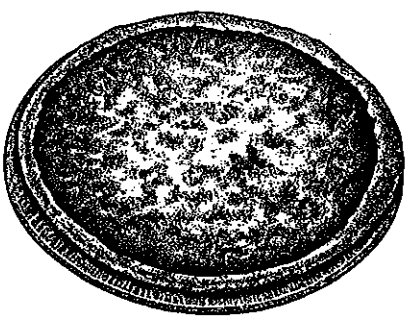
Después del horneo se decora con crema de mantequilla, jalea o crema con una espátula.

Seguidamente se enrolla dejando la decoración adentro.

QUESADILLA

INGREDIENTES:

1 1/2	libra de harina de arroz
1 1/2	libra de harina de trigo
1 1/2	libra de azúcar
1 1/2	libra de manteca
1/2	libra de queso seco
4	onzas de leche en polvo
9	huevos
1/2	onza de levadura
1 1/2	onza de royal
1	vaso de agua
	vainilla al gusto



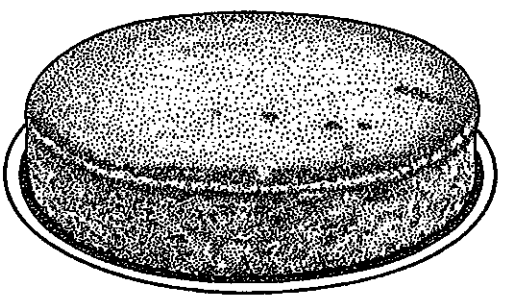
PROCEDIMIENTO:

Deshaga el azúcar, la manteca y el queso hasta obtener una masa cremosa.
Agregue los huevos, la vainilla y el agua.
Limpie bien los moldes antes de usarlos, con un pedazo de trapo.
Unte con manteca en el interior del molde.
Llene los moldes a la mitad con la masa.
Revuelva un poco de azúcar con harina en seco y rocíelo sobre la masa que esta moldeada.
Hornee en horno templado.
Deje enfriar un rato y sáquelos de los moldes para que se peguen.

TORTA DE BANANO

INGREDIENTES:

3	libras de harina
10	huevos
1 1/2	libra de azúcar
30	bananos
1 1/2	onza de royal
	vainilla al gusto
	un poco de leche



PROCEDIMIENTO:

Lave y pele los bananos luego estripelos con un tenedor.
Agregue la harina, los huevos, el royal, el azúcar, la vainilla y la leche.
Colóquelo en el molde ya preparado con un poco de manteca y con harina. Luego hornéelo en horno lento.

JALEA DE PIÑA

INGREDIENTES:



4	piñas
4	libras de azúcar
1/2	onza de canela

PROCEDIMIENTO:

Lave y pele la piña, píquela con un cuchillo, si usted desea molerla es mejor.
En seguida se pone en el fuego con una raja de canela y azúcar hervir despacio hasta que se espese.

JALEA DE MORA

INGREDIENTES:



8	libras de mora
5	libras de azúcar
2	rajas de canela

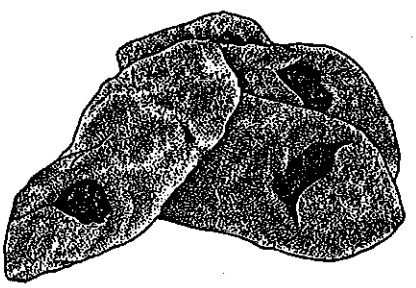
PROCEDIMIENTO:

Primero muela o licue, cuele las moras molidas con un colador o cedazo seguidamente cuece.
Agregue el azúcar cuando empieza a hervir.

EMPANADAS DE MANJAR

INGREDIENTES:

5	libras de harina
2	libras de azúcar
2	libras de margarina
2 1/2	onza de royal
2	vasos de agua
	vainilla al gusto



PROCEDIMIENTO:

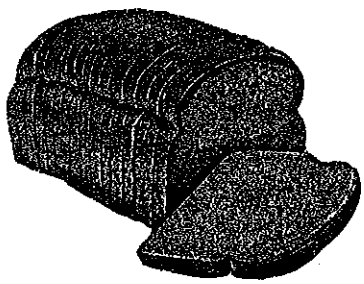
Pese la margarina y el azúcar, bátalos hasta obtener una crema suave, agregue el agua y la vainilla y mezcle hasta obtener una masa uniforme.
Pese la harina y el royal, agréguelos poco a poco, amase hasta obtener una pasta suave y pastosa, empiece a extender la masa para hacer las empanadas.

Proceso:
Tome un poco de pasta y amásela formando un cilindro alargado.
Luego con las manos presione un poco sobre la masa de manera que la masa se vaya extendiendo, cuando haya llegado al punto deseado tome un molde de plástico o una taza para cortar la masa, luego con las manos levante una por una y póngalas en la lata.
Eche un poco de manjar, dóblelas dejándolas en forma de media luna.
Polvoree con un poco de azúcar encima y hornee en horno templado.

FRANCES ESPECIAL

INGREDIENTES:

5	libras de harina
2 1/2	libras de margarina
1 1/2	onzas de sal
1/2	onza de levadura
3 1/2	vasos de agua



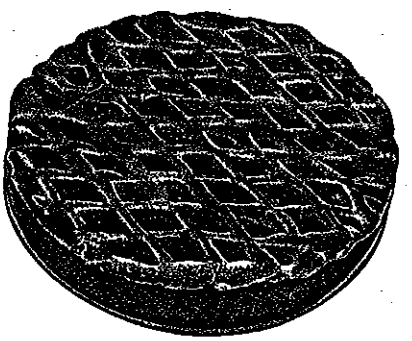
PROCEDIMIENTO:

Primero pese la harina y los demás ingredientes, al mismo tiempo se haga una pileta en medio de la harina. Seguidamente comience a deshacer los ingredientes con el agua; en seguida amase bien, durante 25 ó 30 minutos cuando ya esta lista la masa se deja reposar un rato sobre la mesa y se tapa con un mantel limpio, se queda en reposo aproximadamente 45 minutos dependiendo el tiempo, cuando llega a su punto se comienza a figurar haciendo barritas.

PASTEL DE ZANAHORIA

INGREDIENTES:

1/2	libra de azúcar (granulada)
1/2	taza de aceite de cocina
3	huevos
1/2	cucharada de vainilla
1 1/2	taza de harina
1 1/2	cucharadita de polvo para hornear
1 1/2	cucharadita de bicarbonato de sodio
1/2	cucharada de sal
1 1/2	cucharada de canela en polvo
2	tazas de zanahoria rallada



PROCEDIMIENTO:

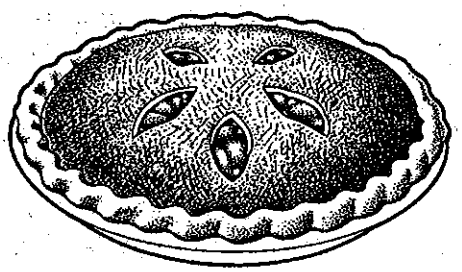
En un recipiente bata el azúcar con el aceite de cocina.
Agregue los huevos, batiéndolos uno por uno, vierta la vainilla, añada los siguientes ingredientes.

Revuelva todo e incorpore la zanahoria rallada, vierta en un molde, hornee a 180° durante 40 minutos hasta que al insertar un palillo en el pastel salga limpio, quiere decir que ya esta cocido.

MARGARITAS

INGREDIENTES:

3	libras de harina
2	libras de azúcar
1	libra de margarina o manteca
5	huevos
5	cucharadas de vainilla
	Un poco de agua.



PROCEDIMIENTO:

Pese el azúcar y la manteca deshágalos hasta dejarlos cremosos, agregue los huevos y mézclelos, luego, pese la harina y poco a poco comience a revolverla despacio.

Póngalas bien ordenadas en las latas que tengan la forma de pequeños volcanes trate de que no queden muy pegadas para que al hornearlas no se funden en medio. Puede poner jalea encima antes de hornearlas.
Horneé en horno templado.

Programma SA'KOMONIL "Entre Todos"

CENTRO DE FORMACION TECNICO ARTESANAL
"BARTOLO PERLO"
SAN JUAN CHAMELCO, ALTA VERAPAZ

UNION EUROPEA

QUINTO CURSO

PANADERIA Y COCINA

CISP
COMITATO INTERNAZIONALE PER LO SVILUPPO DEI POPOLI

CENTRO DE FORMACION TECNICO ARTESANAL "Bartolo Perlo"

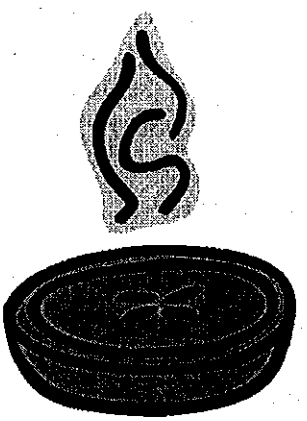


PANADERIA Y COCINA

QUINTO CURSO

PASTEL DE BIZCOCHO

INGREDIENTES:



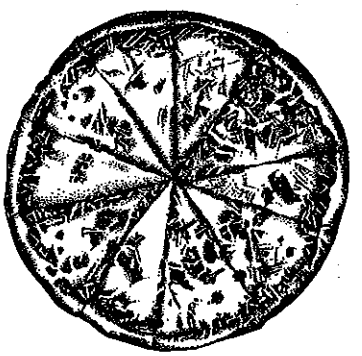
5	libras de harina
3	libras de azúcar
3	libras de margarina
3	onzas de royal
5	vasos de leche
10	huevos
	vainilla blanca al gusto
5	tapitas de solución de yemas

PROCEDIMIENTO:

Pese el azúcar y la margarina y deshágalos hasta obtener una mezcla cremosa.
Agregue uno por uno los huevos, siga batiendo tratando que la mezcla quede uniforme.
Pese la harina y el royal, agréguelos poco a poco a la mezcla intercalando con la leche un poco de harina, un poco de leche hasta terminar.
Agregue la vainilla y siga mezclando hasta obtener una mezcla suave y sedosa.

PIZZA

INGREDIENTES:



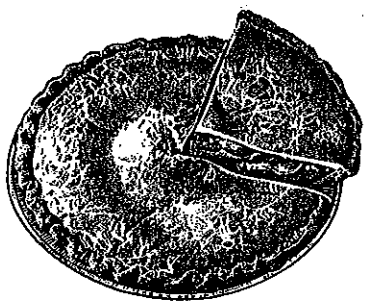
5	libras de harina
6	cucharadas de royal
3	libras de tomate
5	cebollas cortadas a la juliana
6	chiles pimientos cortados en tiras
1/2	libra de queso mozzarela o kraft
1/2	libra de jamón
	orégano y sal gusto

PROCEDIMIENTO

Forme una pileta con la harina, sobre la mesa.
Deshaga la levadura en un poco de agua tibia.
Agregue la sal disuelta en agua.
Mezcle hasta obtener una masa tersa y seca.
Deje la masa en reposo.
Eche el tomate con la cebolla en una olla.
Agregue sal al gusto.
Corte las tiras de queso mozzarela o kraft, el jamón y el chile pimiento.
Al tomate cocido quite la cáscara y desmenuce la cebolla.
Unte el molde o lata con aceite.
Extienda la masa en el molde o lata presionando un poco hacia abajo con las manos hasta cubrir completamente el fondo del molde o lata.
Riegue el tomate, la cebolla, el jamón, el queso mozzarela o kraft, el chile pimiento y el orégano sobre la masa en este orden.
Hornee.

PASTEL DE BORRACHO

INGREDIENTES:

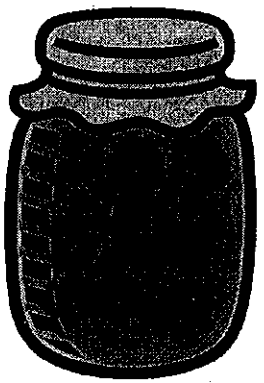


8	huevos
1/2	libra de azúcar
1/2	onza de harina
1/2	onza de royal
	vainilla al gusto

PROCEDIMIENTO:

Bata los huevos con el azúcar hasta que espese.
Agregue la harina y el royal, mezcle suavemente con la mano tratando que no queden grumos.
Prepare el molde y úntelo con un poco de manteca.
Vierta la pasta en el molde y proceda a hornearlo en horno caliente.
Déjelo enfriar un poco y saque del molde.

MIEL O AMIBAR



INGREDIENTES:

1	litro de agua
1/2	libra de azúcar
2	rajas de canela
4	limones

PROCEDIMIENTO:

Ponga a hervir en un recipiente el agua, el azúcar, la canela y los limones hasta que tenga punto de miel.
No deje que se endurezca, cuando ya esta listo, déjelo enfriar y agregue el licor al gusto.

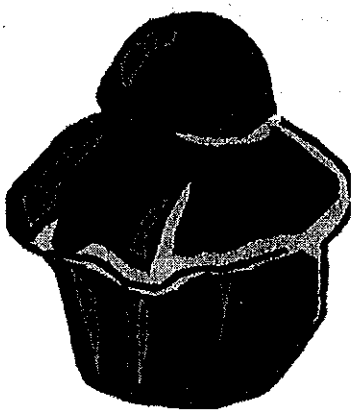
Preparación del borracho:

Tome la torta y sumérjala en la miel y licor, sáquela y póngala en un plato. Riegue el manjar con una espátula y espolvoree con canela en polvo.
Listo para servir.

VOLUVAN

INGREDIENTES:

1	libra de carne de res molida
1/2	libra de cebolla
1	libra de tomate
1	manojo de perejil
2	chiles pimientos
2	limones
2	huevos
2	tiras de francés
1	sobre de sal de ajo
1	sobre san de apio
1	sobre de sal de cebolla
1	sobre de pimienta molida
	sal gusto



PROCEDIMIENTO:

Lave tomate, perejil, cebolla y chiles pimientos.
Pique la cebolla y el tomate y póngalos en una palangana limpia.
Revuélvalos con la carne molida.
Agregue el francés, jugo de limones, sazonadores o especies y la sal.
Revuélvalos bien y deje media hora antes de usar.

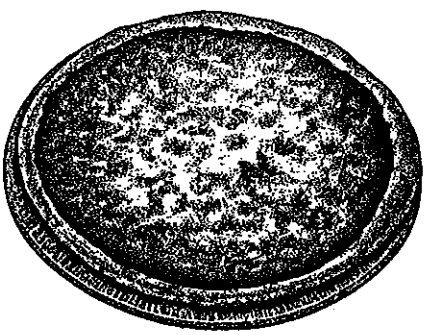
Preparación del volován:

Prepare la masa de mil hojas y cuando ya esta lista, estírela con un bolillo tratando de no dejar muy delgada la masa, con un molde circular corte la masa.
Levante con la mano uno por uno, poniendo la carne en medio, luego dóblelo.
Hornee con temperatura media.

PASTEL DE BANANO

Para hacer el pastel de banano se utiliza la masa de mil hojas.
Estire la masa de mil hojas tratando de no dejarla muy delgada.
Tome un regla y un cuchillo, corte la masa en forma rectangular de unos diez centímetros de largo por ocho centímetros de ancho aproximadamente.

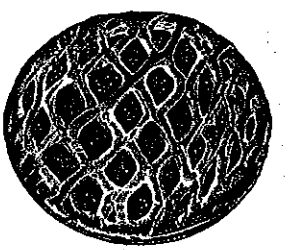
Disuelva huevos en un recipiente y tome una brocha para aplicarlo sobre cada pedazo.
Haga un cartucho, llénelo de manjar para ponerlo sobre cada pedazo, échelo en medio a lo largo tratando que no llegue en las orillas.
Lave y pele los bananos, córtelos en rodajas y colóquelos 3 ó 4 rodajas en medio de cada uno de los pedazos.
Si no hay banano se puede utilizar jalea tapando bien las orillas.
Hornee en horno caliente, sáquelo en el horno cuando la masa este cocida.



PASTEL DE ELOTE

INGREDIENTES:

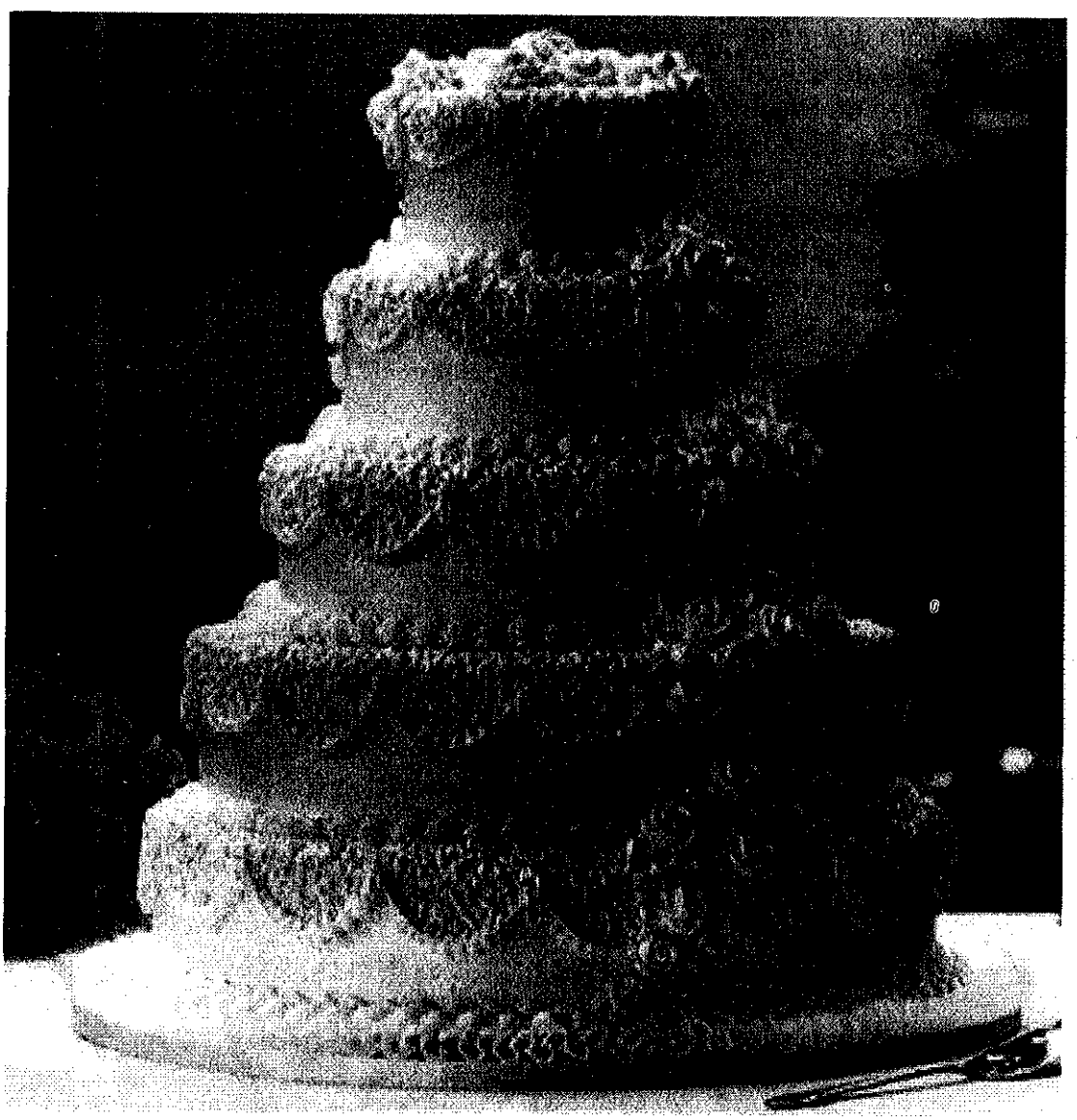
5	libras de maíz tierno
1	libra de harina
1 1/2	libra de azúcar
1	onza de royal
12	onzas de manteca o margarina
5	huevos
1	onza de levadura
1	sobre de canela en polvo
3	tapitas de vainilla o solución
1/2	onza de sal
3 ó 4	vasos de agua o leche



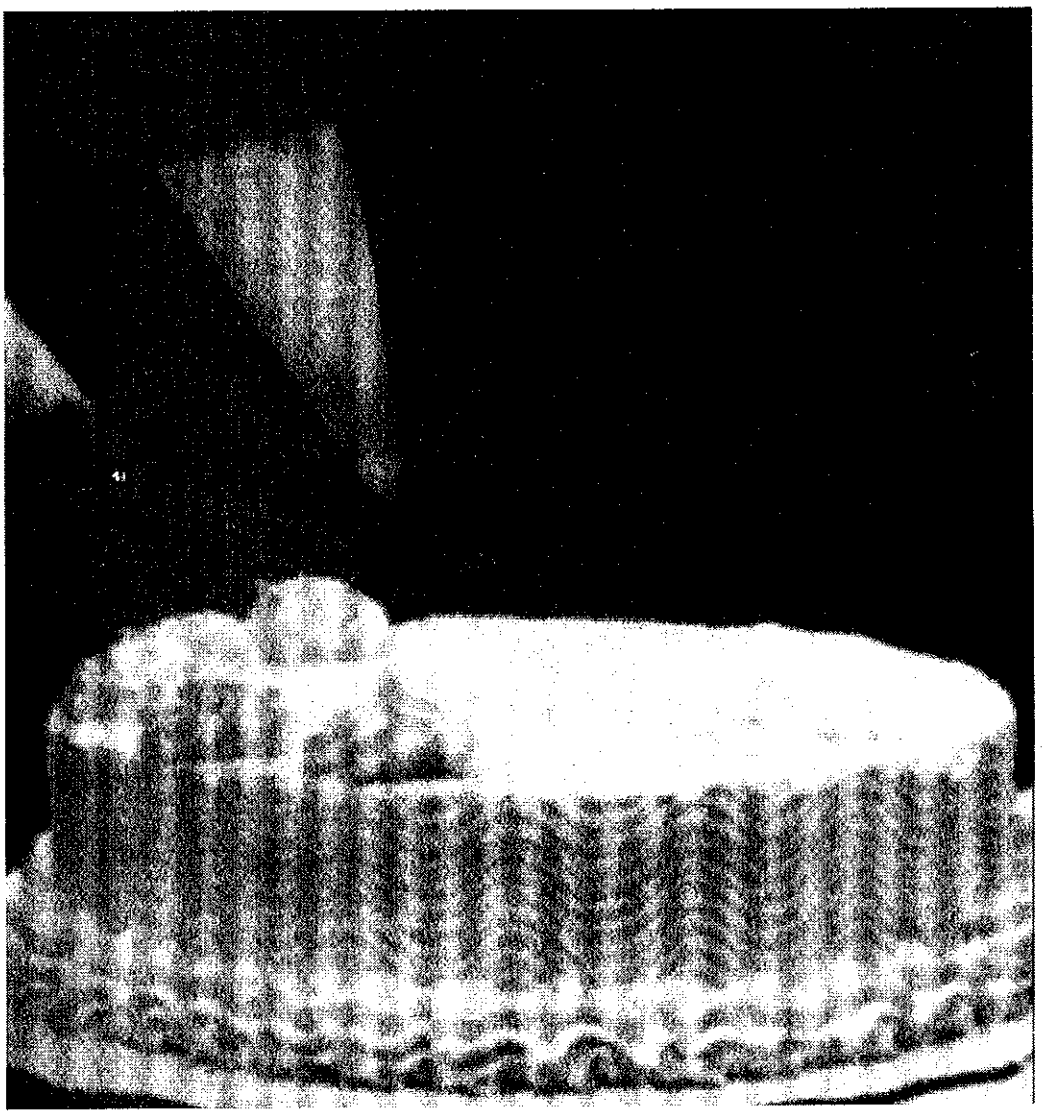
PROCEDIMIENTO:

Muele el maíz tierno en molino.
Mezcle el azúcar, harina, royal, manteca, huevos, levadura, canela, vainilla, sal y agua hasta que la masa quede suave.
Prepare el molde o lata, unte lo interior con manteca o margarina.
Espolvoree con un poco de harina.
Hornéelo en horno lento.

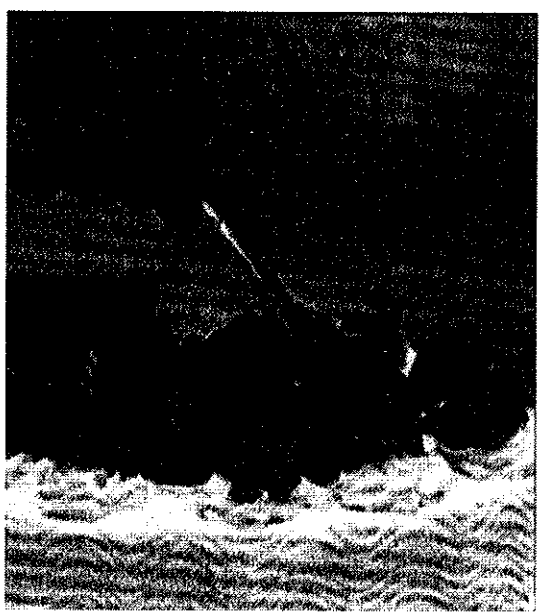
DECORACIÓN DE PASTELES

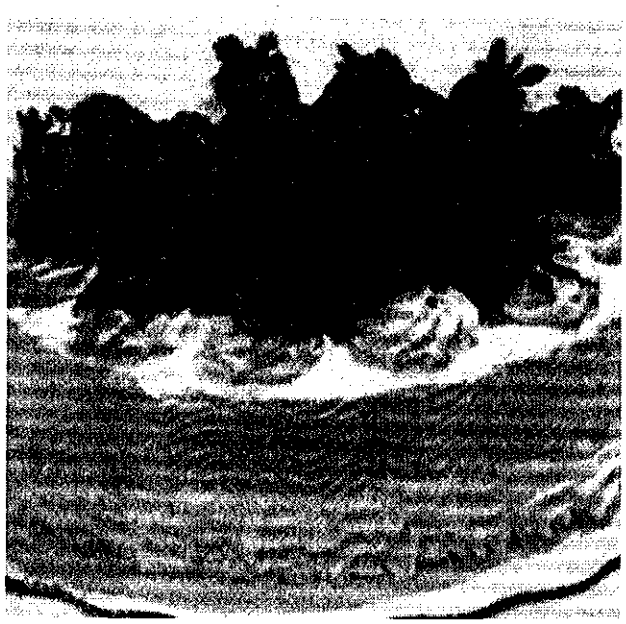


DECORACIÓN DE PASTELES



DECORACIÓN DE PASTELES





Programa SA'KOMONIL "Entre Todos"

CENTRO DE FORMACION TECNICO ARTESANAL
"BARTOLO PERLO"
SAN JUAN CHAMELCO, ALTA VERAPAZ

UNION EUROPEA

SEXTO CURSO

PANADERIA Y COCINA

CISP COMITATO INTERNAZIONALE PER LO SVILUPPO DEI POPOLI

CENTRO DE FORMACION TECNICO ARTESANAL "Bartolo Perlo"

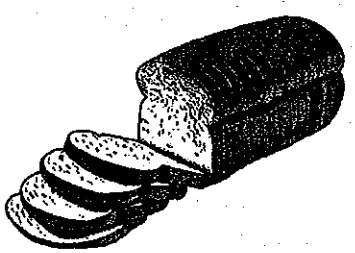
PANADERIA Y COCINA

SEXTO CURSO

PAN INTEGRAL

INGREDIENTES:

3	cucharaditas de levadura seca
1 1/2	taza de agua tibia
1 1/2	taza de manteca suavizada
1	cucharada de sal
6	tazas de harina integral

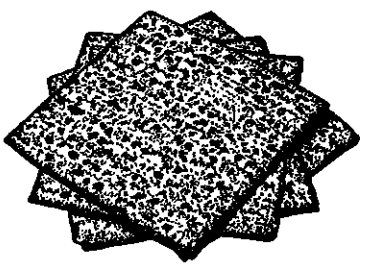


PROCEDIMIENTO:

Deje dos minutos la levadura en media taza de agua tibia en un recipiente de unos dos litros de capacidad.
Mezcle en el mismo recipiente todos los ingredientes, agregando 1 1/2 taza de agua tibia y 3 tazas de harina integral.
Amáselo bien hasta que la masa este fina y sigue agregando la harina integral.
Coloque la masa sobre una superficie enharinada, déjelo en reposo durante unos 55 minutos, cubriendo con una manta en un lugar tibio.
Eche un poco de manteca en la lata.
Figúrelo en forma de francés de mantequilla.
Hornee a una temperatura de 230° grados aproximadamente.

GALLETAS

INGREDIENTES:



4	libras de harina
2	libras de azúcar
3	libras de margarina
12	yemas de huevo
	un poco de cáscara de limón
1	cucharada de royal

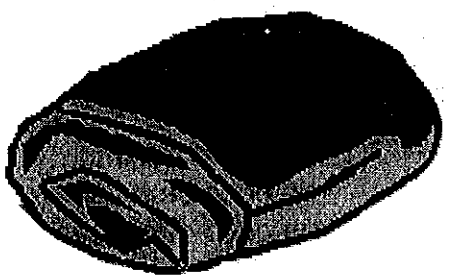
PROCEDIMIENTO:

Con la harina haga una pileta sobre la mesa para los demás ingredientes.
Deshaga el azúcar con la margarina.
Agregue los huevos uno por uno y un poco de vainilla.
Mezcle la harina poco a poco, esta masa no se puede amasar mucho, únicamente hay que revolverla hasta que se pone dura.
Haga trocitos con cuchillo si no con raspador, con esta masa se pueden hacer varias formas y sabores, ejemplo cuadrado, redondo, rectángulo, estrella, etc., sabor café, chocolate, etc.
Agregue encima de las galletas uvas con un poco de jalea, azúcar y lústrelo con huevos.
Hornéelo en horno templado.

STRUDEL (manzana en camisa)

INGREDIENTES:

1	libra de pasas (uva seca)
1/2	libra de migas de pan
2	libras de azúcar
3	sobres de canela en polvo
4	huevo para lustrar
	jalea al gusto



PROCEDIMIENTO:

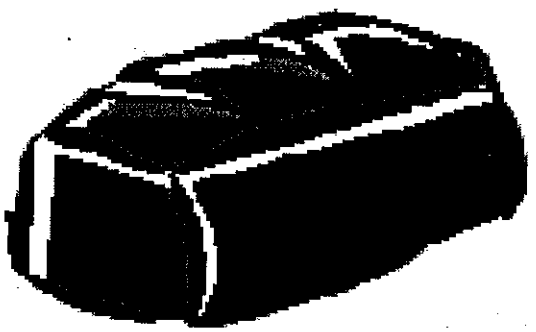
Prepare la masa de mil hojas.
Corte un pedazo de la masa, colóquelo sobre la mesa enharinada y estírelo con un bolillo, cuidado de no dejar muy grueso ni tan delgado.
Eche un poco de jalea sobre la masa, ponga los ingredientes con las manzanas y doble las orillas.
Lústrelo con los huevos.

Preparación de la manzana:

Lave y pele la manzana, pedacéelas con cuchillo, póngalas en una palangana.
Agregue todos los ingredientes, mezcle bien con el azúcar, esto agréguelo al estrudel con la jalea.

STRACADENTE (cansa dientes)

INGREDIENTES:

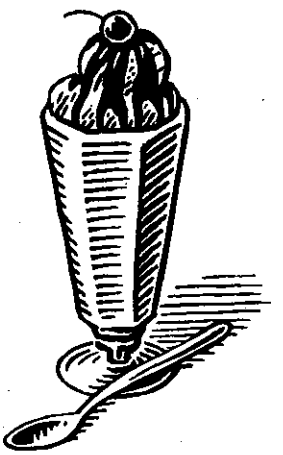


3	libras de harina
1 1/2	libra de azúcar
1 1/2	libra de manías
8	huevos
2	cáscaras de limón
	un poco de royal
	un poco de vainilla
	un poco de agua
1	barra de margarina

PROCEDIMIENTO:

Haga una pileta sobre la mesa con la harina para agregar los demás ingredientes.
Agregue todos los ingredientes, mézclelo bien hasta que se deshaga el azúcar.
Amáselo con la harina, cuando ya esta listo agregue las manías, siga mezclando.
Deshaga un poco de manteca en la lata donde se pondrá la masa.
Figúrelos en forma alargada.
Hornéelo en horno lento.
Cuando ya esta cocida se corta en pedacitos, luego se devuelve a tostar en el horno.

TURRON



INGREDIENTES:

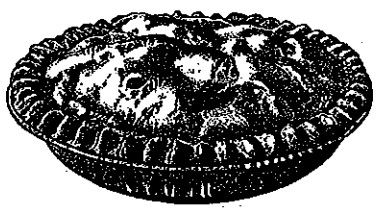
4	libras de miel de abeja
2 1/2	libras de azúcar común
36	claras de huevo (sin las yemas)
3	libras de manías
	papel laminado lo que sea necesario
1	vaso de aceite para las manos

PROCEDIMIENTO:

En la paila de doble fundo se pone agua para que no se queme el producto, se coloca en azúcar, la miel de abeja y las claras de huevo, se procede a mezclar con la espátula viendo que el calor del fuego no este muy alto.
Bata durante 3 horas aproximadamente hasta que de punto.
Agregue manjar, mezcle bien.
Moldéalo, luego córtalo en barritas.

PASTEL RELLENO DE FRUTAS O CREMA
UN PASTEL DE BIZCOCHO

INGREDIENTES:



1 litro de crema
2 libras de fresas u otras frutas

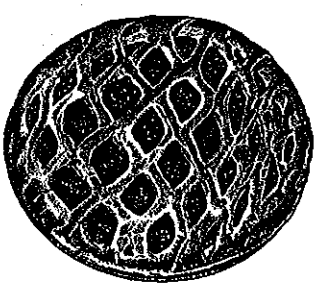
PROCEDIMIENTO:

Para preparar la crema eche un puño de azúcar en un litro de crema, revuélvalo bien con una batidora hasta que quede duro.
Cuando ya esta lista la crema se corta en la mitad del biscocho, al grosor.
Levante la capa que corto.
Decore con la crema y se puede agregar azúcar encima.
Coloque de nuevo la mitad que se saco.
Decore toda la orilla del pastel, para que se tape donde esta cortado.
Coloque cualquier fruta encima del pastel.
Sírvalo en pedazos.

PASTEL DE INCAPARINA

INGREDIENTES:

2	tazas de incaparina
2	tazas de harina
3	barras de margarina
4	cucharadas de royal
2	tazas de leche
5	huevos
2	tazas de azúcar



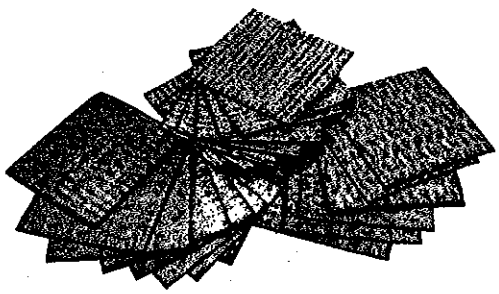
PROCEDIMIENTO:

Cernir los ingredientes secos juntos. (harina, incaparina y royal)
Bata la margarina hasta que este suave.
Añada gradualmente el azúcar y cremelo bien.
Agregue uno por uno los huevos hasta mezclarlo bien.
Agregue los ingredientes secos alternándolos con la leche y batiéndola constantemente.
Engrase bien un molde de pastel.
Coloque la masa en el molde engrasado.
Hornéelo a una temperatura aproximadamente de 350° grados durante 45 minutos o hasta que el pastel este cocido.

Nota:
Si lo desea con sabor a naranja agregue jugo de naranja en vez de la leche.
O con el sabor que más le guste. También puede agregar pasas.

GALLETAS DE INCAPARINA

INGREDIENTES:



1	taza de incaparina
1	taza de harina
1	barra de margarina
1	taza de azúcar
1 1/2	cucharita de polvo de hornear
1 1/2	cucharada de agua fría

PROCEDIMIENTO:

Mezcle la incaparina, harina y polvo de hornear. Luego hay que cernirlas tres veces.
Bata la margarina junto con el azúcar hasta que este cremosa.
Agrega poco a poco los ingredientes secos alternando con el agua, batiendo la mezcla muy bien.

Ponga la masa por cucharadita sobre la bandeja de galletas, dejando una y media pulgada de distancia entre cada una.
Hornearla durante 20 minutos o hasta que estén doradas.

Nota:
Puede agregar pasas, nueces almendras, dátiles, pedacitos de chocolate o cualquier fruta cristalizada o seca.