

Leon The Baker presenta los conceptos clave del pan

A nivel mundial, cada individuo consume alrededor de 53kg de pan al año. Está claro que es un alimento básico que forma parte de la dieta diaria, pero existe una serie de conceptos y datos que se necesitan conocer para comprender todas sus maravillas. Leon The Baker, el obrador "SIN" y ECO preferido de los amantes del pan, de venta online y offline, descubre los conceptos clave para que convertirse en todo un experto en la materia, y presenta alguno de los best sellers de leonthebaker.com

Amasijo. Nombre que recibe la mezcla cuando ya está formada o amasada. Lo esencial en una panadería.

Aros. Instrumentos en forma de circunferencias de metal, fijas o regulables que permiten moldear cremas, placas de bizcochos... y otros derivados de pan.

Artesanal. La panadería artesanal se basa en el respeto por las características y la integridad de la masa madre, así como al uso de fermentación prolongada. Mediante este proceso se consiguen panes con ingredientes más naturales, saludables y de intenso sabor y olor.

Brilla. Cilindro de madera que sirve para aplanar los rollitos de masa y darle forma de galleta.

Cámara fermentadora. Recinto que tiene por función regular las condiciones de leudado y fermentación del pan. Tiene controles de humedad y temperatura regulables.

Cáscara. Se refiere a la corteza dura del pan, después de haber estado expuesto al aire sin recibir humedad.

Descansar la masa. Se dice cuando se deja reposar una masa, para después darle la forma que se desee.

Desgasificar. Consiste en quitar el gas que se ha generado en la masa en el proceso de fermentación. Se puede hacer de forma manual, utilizando un rodillo de amasar o con las manos.

ECO. Elaborado con harinas de cereales integrales, no sólo tiene almidón, sino también proteínas, fibra, grasas, vitaminas y minerales en una proporción adecuada que permite un óptimo aprovechamiento de los nutrientes, mejor digestión y buen funcionamiento intestinal.

Estibar. Colocar o acondicionar el pan o sobre placas para horno.

Fermento. Son los componentes de la levadura, organismos vivos que aceleran la formación de una masa.

Fermentación. Es el proceso en el cual los microorganismos presentes en la levadura descomponen el azúcar de las masas, produciendo dióxido de carbono y alcohol. El alcohol se evapora en el proceso de cocción, y el gas carbónico, es el causante del crecimiento de las masas.

Gluten Free. El pan sin gluten es aquel que se elabora con harinas libres de gluten. El gluten es un conjunto de proteínas contenidas en la harina de algunos cereales de secano, como el trigo, la cebada, el centeno y la avena. El gluten no es indispensable para la alimentación del ser humano. Tiene bajo valor nutricional y biológico, y bajo contenido de aminoácidos esenciales, por lo que desde el punto de vista de la nutrición su exclusión de la alimentación no representa ningún problema y puede ser sustituido por otras proteínas animales o vegetales.

Gransa. Masa disgregada o no unificada, la cual tiene poco porcentaje de agua.

Harina de arroz. Una alternativa fantástica para sustituir a las harinas clásicas refinadas. Aporta carbohidratos complejos, vitaminas y minerales varios, por lo que ayuda a saciar el apetito y a nutrir el organismo en general.

Harina de garbanzo. Es una fuente excelente de proteínas de alta calidad, fibra, minerales y sustancias antioxidantes.

Integral. Aquel pan que ha sido elaborado con harina no refinada, es decir, que se ha dejado el grano entero, lo que incluye el salvado, ? por lo que posee una gran cantidad de fibra, a diferencia del pan blanco, que sí está refinado.

Liga. Se refiere a cuando la mezcla de ingredientes deja de ser una gransa y se transforma en masa, al adquirir resistencia elástica.

Masa magra. Masa que es baja en grasa y azúcar.

Masa Madre. Masa elaborada a partir de la levadura natural cultivada. La elaboración de la masa madre puede tardar entre 3 días y 1 semana, dependiendo de las condiciones de temperatura y humedad a las que esté sometido el cultivo. Solo los panaderos y pasteleros que trabajan de forma muy artesanal utilizan masa madre en sus elaboraciones.

Redondeo. Es el método de moldear una pieza de masa en una bola redonda contra una superficie suave.

Tablas. Eran los recuadros de madera que se utilizaban para estibar los panes crudos. Actualmente, no se estila tanto en panaderías, ya que se utilizan tablas de metal u otros materiales para distribuir los panes.

Vegano. Aquel que no tiene leche, manteca, huevos o miel. Generalmente, en las recetas de pan vegano se reemplazan estos ingredientes por aceite de oliva, lino o girasol.

PAN MORENO

Hogaza de pan rústica cuyo principal ingrediente es el milenario trigo sarraceno. Sin gluten y sin lactosa. Los expertos de Leon The Baker han logrado una mejor textura y un sabor inigualable. Muy similar a la tradicional hogaza gallega.

PVP 3,60 euros

PAN TEFF

Su pan artesano sin gluten y sin lactosa, con harina de teff conquista por su sabor y sus propiedades. Tiene un elevado contenido en proteínas de buena calidad, bajo contenido en hidratos de carbono y buenas proporciones de calcio, hierro y fibra.

PVP 3,60 euros

PAN FEO

Sin gluten, sin lactosa y vegano. Uno de sus panes más emblemáticos, respira un aire artesanal, a panadería de siempre. Delicioso a cualquier hora del día.

PVP 3,40 euros

¿Dónde encontrar a Leon the Baker?

ESTANTERIAS DE ECI Y SUPERCOR.

Tienda Leon the Baker en C/Conde Duque, 19

28015, Madrid

Teléfono: 910822582

Tienda Leon the Baker en C/Jorge Juan, 72

28009, Madrid

Teléfono: 919294002

Tienda Leon the Baker en C/María de Guzmán, 30

28003, Madrid

Teléfono: 919423228

Tienda Leon the Baker en Paseo de Reina Cristina, 12

28014, Madrid

El Corte Inglés de Castellana en C/Paseo de la Castellana, 85

28046, Madrid

El Corte Inglés de Goya en C/ Goya, 87

28001, Madrid

Además, reparten sus panes recién horneados todos los días excepto domingos en más de 200 puntos de venta en toda España, excepto en Islas Canarias. Se puede comprar a través de la web y recibirlo en 24-48 horas en casa (reparten en toda la Península excepto Islas Canarias).

<https://www.leonthebaker.com/>

Datos de contacto:

Leon The Baker

918763496

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Nutrición](#) [Gastronomía](#) [Sociedad](#) [Madrid](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>