

INTRODUCCION

CEPROART= CENTRO DE PROMOCION ARTESANAL, nace con la finalidad de promover emprendimientos con base a trabajos artesanales que requieren de herramientas básicas y accesibles.

Ceproart 40 años de vida, se fundó en 1985 por Raul Rodriguez que es reconocido como uno de los primeros institutos de capacitación artesanal en Bolivia. Donde llego a capacitar a muchos alumnos en el mercado local en cursos de repostería, pastelería, pintura en tela, panadería, cotillón, tejido y otras actividades que requieren de intervención manual. Obteniendo calidad y resultados positivos en los alumnos que participaron en los cursos sin límite de edad. Siempre cerca del artesano observando el mercado laboral innovando con nuevas propuestas de cursos con bases semi industriales como charcutería y heladería para generar fuentes de empleo.

“Bienvenido al curso”

EQUIVALENCIAS EN TAZAS REGIA

Consideramos tazas rasas las siguientes equivalencias son medidas aproximadas donde puede haber una variación de hasta 10gr sugerimos utilizar balanza.

1 kilo de harina de trigo 000	1000gr. = 6 tazas
1 taza de harina de trigo 000	160 gramos
1/2 taza de harina de trigo 000	80 gramos
1 taza de azúcar	250 gramos
1/2 taza de azúcar	125 gramos
1/4 taza de agua o aceite	9 cucharas de sopa
1 taza de maicena	140 gramos
1 taza de manteca	250 gramos
3/4 tazas de agua o leche	187 ml
1 cuchara semi colmada de sal y azúcar	10 gramos
1 cucharilla semi colmada de sal y azucar	5 gramos
1 taza de agua	250 ml
1/2 tazas de agua	125 ml

MASAS QUEBRADAS

Las masas quebradas se caracterizan por tener la textura quebradiza, desmenuzable o arenosa según al tipo de masa quebrada, la textura se genera mediante las técnicas de elaboración y las materias primas donde debe tener una base de harina y materia grasa (manteca, margarina, mantequilla, yemas, leche).

TIPOS DE MASAS QUEBRADAS Y SUS CARACTERISTICAS:

MASA QUEBRADA	TECNICA DE ELABORACION RECOMENDADA	% DE MATERIA GRASA	SABOR	TEXTURA	USO
SABLE	CREMADO O PUNTO ARENA	ALTO	NEUTRO O DULCE	QUEBRADIZO Y CROCANTE-CRUJIENTE	BASES PARA TARTAS Y GALLETERIA
BRISE O MASA DE FONDO	PUNTO ARENA	BAJO	NEUTRO	ARENOSA Y DESMENUZABLE	BASES PARA TARTAS
SUCRE	CREMADO	ALTO	DULCE	QUEBRADIZO Y CROCANTE-CRUJIENTE	BASES PARA GALLETAS
FROLLA	PUNTO ARENA	MEDIO	NEUTRO O DULCE	ARENOSA Y DESMENUZABLE	BASES PARA TARTAS Y GALLETAS

METODOS PARA REALIZAR MASA O PASTA DE GALLETAS

SABLEADO (SABLAGE) O PUNTO ARENA

Consiste en frotar con las manos la materia grasa con la harina de trigo para que se integre. Se debe frotar hasta que se forme la una textura granulada similar a la arenilla, luego hacer un volcán al centro y agregar los líquidos que pueden ser huevos, azúcar, leche o agua y otros ingredientes, integrar y dejar reposar o enfriar mínimo por 10 minutos para que la materia grasa se solidifique y tome consistencia para manipular con mayor facilidad y poder laminar o moldear.

CREMADO (CREMAGE) O BATIDO

Aligerar la textura de la materia grasa (manteca, margarina o mantequilla) con un palo de madera o tenedor hasta que tenga la textura de una pomada similar al mentisan, posteriormente agregar el azúcar y batir hasta que se forme una mezcla cremosa.

Luego agregar las yemas una a una seguir batiendo, agregar aromatizantes e intercalar con harina, claras y leche o agua para integrar toda la mezcla en una masa homogénea y llevar a enfriar la masa para manipular y poder laminar o moldear.

RECOMENDACIONES

- ❖ El resultado de las recetas varía según el tipo de materia grasa que se va a utilizar: manteca, margarina regia a granel y en vaso, margarina primor, mantequilla o yemas.
- ❖ Se recomienda utilizar harina 0000 pero por tema de costos se usa harina 000 donde hay que tamizar tres a cuatro veces para que no se active el gluten.

- ❖ No se debe amasar por que se activa el gluten y hace que las masas pierdan la textura quebrada, desmenuzable y arenosa.
- ❖ Hay recetas donde sí se debe amasar las masas quebradas con el fin de dar consistencia elástica, al activar el gluten. Este procedimiento solo se usa para empanadas.

RECETAS DEL CURSO:

1. GALLETAS DE MANTEQUILLA (Masa sable de manga)

CANTIDAD: rinde para 60 unidades aprox. de galletas

INGREDIENTES

- 500gr harina de trigo 000 3 tz
- 300gr margarina regia o primor a granel o mantequilla 1 ¼ tz
- 100gr huevos enteros pesados sin cascara 2 pequeños aprox.
- 220gr azúcar corriente ¾ tz
- 3ml esencia de vainilla, naranja, coco o esencia de chocolate 1 cucharilla
- 4gr polvo para hornear 2 cucharillas rasas



PROCEDIMIENTO. Aligerar la textura de la margarina con un palo de madera hasta que llegue a punto pomada posteriormente cremar (batir) la margarina con el azúcar luego agregar la yema seguir batiendo y recién la clara poco a poco con la harina y la esencia de vainilla u otro saborizante (esencia), agregar el polvo de hornear, integrar hasta formar una masa homogénea, colocar en una manga pastelera de cubierta sólida- firme y con boquilla estrella número 1M, realizar figuras y colocar sobre una bandeja de horno enmantecada y hornear a 180°C por 15 a 25 minutos.

2. GALLETAS DE NARANJA (Masa frolla)

CANTIDAD: Rinde para 25 a 30 unidades de galletas

INGREDIENTES

- 250 harina de trigo 000 1 ½ tz
- 150gr maicena 1 tz
- 200gr margarina o mantequilla a granel ¾ tz
- 2 huevos enteros grandes 65gr pesados con cascara
- c/n aromatizante o esencia se recomienda 3ml esencia de naranja o ralladura de naranja 1 cucharilla
- 110gr azúcar corriente ½ tz
- 2 pizcas de sal
- 2 cucharillas rasas de polvo hornear fleischman 4gr
- C/n agua o leche según lo que pida la masa si fuera necesario



PROCEDIMIENTO Realizar punto arena con la harina, maicena y la materia grasa, luego hacer un volcán y al centro agregar el azúcar, yema de huevo, ralladura de naranja y polvo de hornear, mezclar e integrar, una vez integrado estirar espolvoreando harina de ½ cm de grosor o 4mm de grosor estirar, laminar y realizar cortes con corta pastas o moldes con el diseño deseado. Colocar sobre una bandeja previamente engrasado. Hornear a 180°C por 25 minutos.

3. GALLETAS DE AVENA (Masa linzert)

CANTIDAD: Rinde para 30 unidades de galletas aprox.

INGREDIENTES

- 300gr harina de trigo 000 2 tz
- 75gr hojuelas de avena o avena instantanea ¼ tz
- 75gr almendra re picada opcional para dar tonos crocantes
- 150gr azúcar ½ tz y 2 cucharas colmadas
- 1 huevo mediano de 65gr con cascara
- 5gr cacao o cocoa en polvo 1 cuchara semi colmada
- 1 yema
- 150gr margarina a granel regia, primor o sina ½ tz y 2 cucharas semi colmadas
- 3ml esencia vainilla 1 cucharilla
- 3g ralladura limón 1 cucharilla
- 3gr canela polvo 1 cucharilla
- 2 cucharillas polvo hornear 4gr
- C/n de leche si fuera necesario



PROCEDIMIENTO: Ablandar la margarina a punto pomada y luego batir con el azúcar, huevo y esencia de vainilla. Tamizar los ingredientes secos y mezclar con la anterior preparación, si fuera necesario agregar un poco de leche, integrar, dar breve amasado estirar la masa de medio centímetro de grosor colocar en una bandeja previamente enmantecada. Hornear a 180°C por 18 a 25 minutos hasta que queden dorados.

4. GALLETAS COCOLIN (Masa sucre)

CANTIDAD: Rinde para 20 aprox. unidades de galletas

INGREDIENTES

- 110gr coco rallado 1 tz
- 110gr maicena ¾ tz
- 80gr harina 000 ¼ tz mas 2 cuhras colmadas
- 1 huevo grande de 65gr
- 120gr azúcar corriente ½ tz
- 120gr margarina o mantequilla ½ tz
- 3ml esencia vainilla 1 cucharilla
- 2 cucharillas rasas polvo hornear 4gr



PROCEDIMIENTO Ablandar la margarina a punto pomada y luego batir con el azúcar, huevo y esencia de vainilla. Tamizar los ingredientes secos mezclar con el coco rallado y mezclar con la anterior preparación, estirar la masa de medio centímetro de grosor o formar bollos del tamaño deseado y colocar en una bandeja previamente enmantecada. Hornear a 180°C por 18 a 25 minutos hasta que queden dorados.

5. GALLETAS DE CAUQUITAS (Masa brise semi dulce)

CANTIDAD: Para 40 unidades de galletas aprox.

INGREDIENTES

- 500 gr Harina Trigo 3 tz
- 80gr Margarina regia a granel 1/2 tz
- 2 yemas
- 1 huevo
- 6ml Esencia o Aromatizante 2cucharillas
- 100 gr Azúcar Corriente ½ tz
- 1 pizca De Sal
- C/N Agua O Leche
- 2gr polvo de hornear 1 cucharilla rasa
- 50gr manteca o margarina diluida para el barnizado y la separación de las cauquitas 2 cucharas colmadas



PROCEDIMIENTOS

Realizar punto arena con la harina y la materia grasa, luego hacer un volcán y al centro agregar el azúcar, yema de huevo, huevo, esencia de vainilla y polvo de hornear, mezclar e integrar agregando poco a poco leche o agua una vez integrado formar bollos de 20gr y dejar reposar 10 minutos tapado con una bolsa, luego con un uslero presionar al centro y estirar un poco hacia adelante y atrás sin mucha presión, barnizar con la materia grasa diluido y doblar colocar sobre una bandeja previamente en mantecada con separación de 8 cm.

Hornear a 180°C por 10 a 15 minutos luego retirar del horno y desdoblar las cauquitas volver a hornear por 15 a 20 minutos a 180°C hasta que quede dorado.

6. ROSQUITAS DE MAIZ

CANTIDAD: Para 20 unidades de galletas aprox.

INGREDIENTES

- 250gr Harina Trigo 1 ½ tz
- 250gr harina de maíz vallegandino amarillo lo más fino posible 1 ½ tz
- 100gr azúcar ½ tz
- 1 huevo
- 3ml Esencia o Aromatizante 1 cucharilla
- 1 pizca De Sal
- C/N Agua o Leche
- 2gr polvo de hornear 1 cucharilla rasa
- 60gr margarina ¼ tz



PROCEDIMIENTO: Tamizar la harina de trigo y de maíz, posteriormente colocar la margarina y realizar punto arena, hacer un volcán al centro y agregar el resto de los ingredientes mezclar e integrar hasta formar una masa manejable. Realizar bollos de 25 a 30gr, estirar en forma de tira, unir las puntas y trenzar, cerrar las puntas y colocar en una bandeja previamente engrasado, barnizar con huevo batido antes de hornear. Hornear a 180°C por 25 minutos.

7. GALLETAS DE QUINUA (Masa brise)

CANTIDAD: Rinde para 20 A 25 unidades de galletas aprox.

INGREDIENTES

- 250gr harina de trigo 000 1 ½ tz
- 120gr mantequilla o margarina ½ tz
- 1 huevo 65gr
- 80gr a 100gr azúcar corriente casi ½ tz
- 3 ml esencia de vainilla 1 cucharilla
- 4gr polvo hornear 2 cucharillas
- 50gr harina quinua o 10gr quinua inflada ½ tz
- C/n agua o leche lo que pida la masa

**Para cobertura:**

- 100gr chocolate cobertura semi amargo 1 tableta pequeña

PROCEDIMIENTOS Realizar punto arena con la harina y la materia grasa, luego hacer un volcán y al centro agregar el azúcar, yema de huevo, esencia de vainilla y polvo de hornear, mezclar e integrar con la harina y los cereales, una vez integrado estirar espolvoreando harina de ½ cm de grosor o 4mm de grosor y cortar con los moldes deseados colocar sobre una bandeja previamente encamisada con separación de 8 a 10cm. Hornear a 180°C por 20 a 25 minutos. Luego del horneado picar el chocolate y fundir a baño maría, luego bañar las galletas con chocolate la mitad o totalmente.