

# Centeno Rústico

Harina de centeno

## HARINAS DE OTROS CEREALES

### Descripción de producto

La Harina de Centeno Rústico está elaborada a partir de los mejores centenos, sin ningún tipo de aditivos añadidos.

Esta harina, semi integral, tiene características equivalentes a una harina de centeno tipo T130, lo que la convierte en una opción ideal para la elaboración de una amplia variedad de productos tradicionales y masas madres de centeno con un sabor auténtico.

Gracias a su alta capacidad de absorción, que puede alcanzar hasta el 100% en las fórmulas de panes de centeno con masa madre natural, permite obtener panes con una excelente textura y sabor.

Se caracteriza también por su alto contenido en fibras, lo que la hace ideal para la elaboración de panes de centeno tradicionales o panes tipo alemán. Su perfil nutricional, junto con su capacidad de aportar una miga densa y una buena conservación, la convierte en una opción perfecta para panaderías que deseen ofrecer productos de alta calidad y valor nutricional.

### Características de aplicación

Gracias a su molienda rústica, esta harina permite obtener panes y otros productos con una miga húmeda, densa y un sabor característico.

#### Hidratación y Amasado

Al tratarse de una harina rústica, la cantidad de agua utilizada debe ser mayor que en la utilizada con la harina de centeno blanca.

La hidratación de la masa debe ajustarse entre el 130% y el 150% para masas madre líquidas, mientras que en el caso de masas madre sólidas, se recomienda un mínimo del 65% de hidratación.

Hidratación: 130-150% para masas madre líquidas, 65% mínimo para masas madre sólidas.

#### Proceso de trabajo con masa madre

Es fundamental controlar las temperaturas de los refrescos para asegurar el adecuado desarrollo de la masa madre. Para masas madre sólidas (con un 65% de agua), se recomienda una temperatura base de 85°C, mientras que para masas madre líquidas con el método 1+1+1, se puede utilizar la misma temperatura.

En métodos de refresco más elevados, como 1+2+2 o 1+3+3, será necesario reducir estas temperaturas a 80°C o incluso 75°C, dependiendo del proceso.

#### Cálculos de temperatura para refrescos:

Temperatura base - (temperatura del obrador + temperatura de la harina) = temperatura del agua de los refrescos.

### Fórmula de aplicación

#### Masa madre de centeno rústico

- Pie de masa madre de T 80 0.111
- Harina de centeno rustico 0.555
- Agua de 30 hasta 45 grados 0.333  
(30 grados en verano hasta 45 grados en invierno)
- Temperatura de masa madre 30°C - 33 °C.

Amasar 5 minutos / 6 horas de fermentación a T° ambiente en verano antes de poner al frío.

Dejar fuera hasta el día siguiente en invierno si el obrador está frío.

#### Fórmula panes

- Harina de centeno rústico 1.000
  - Sal 0.030
  - Agua 1.000  
(40 °C en verano, hasta 55°C en invierno)
  - AUTOLISIS DE 30 MINUTOS
- Poniendo la masa madre encima para calentarla y activarla
- Masa madre de centeno rustico 1.000

Amasar 5 minutos, entre 30 -45 min. de fermentación en bloque, dividir, bolear / poner en forma, fermentación en bannetons de 45 minutos (+/-), hornear.



### Sobre el cereal

El centeno es un cereal que ha sido cultivado durante siglos, especialmente en climas fríos y húmedos. Su grano es conocido por su alta resistencia y adaptabilidad, lo que lo convierte en una opción ideal para terrenos difíciles. Además de su uso en la panadería, el centeno es apreciado por su rico perfil nutricional, que incluye un alto contenido de fibra, vitaminas del grupo B y minerales esenciales como el hierro y el magnesio.

### Formato

Saco papel formato 25 kg

