MINI GUÍA SOBRE CÓMO INICIAR TU MASA MADRE EN CASA

1. Qué es la masa madre: La masa madre es un fermento natural hecho con harina y agua. Es la base de muchos panes tradicionales y más saludables, sin necesidad de levadura comercial.

2. Qué necesitas:

- Harina (preferentemente integral o de centeno para comenzar).
- Agua.
- Un frasco o recipiente de vidrio limpio.
- Una cuchara de madera o silicona.

3. Paso a paso para iniciar tu masa madre:

- **Día 1:** Mezcla 50 g de harina con 50 ml de agua en tu frasco. Revuelve bien hasta obtener una masa espesa. Cubre el frasco con un paño limpio y deja reposar a temperatura ambiente durante 24 horas.
- **Día 2:** Añade 50 g de harina y 50 ml de agua. Mezcla bien. Espera 24 horas.
- **Día 3-7:** Repite el proceso de alimentarlo diariamente. Verás que empiezan a aparecer burbujas, y la mezcla se vuelve más ácida.

4. Cuándo está lista la masa madre: Estará lista cuando se duplique en tamaño y tenga muchas burbujas. Puedes hacer la prueba de flotabilidad: coloca una pequeña cantidad en un vaso con agua. Si flota, está lista para usarse.

5. Consejos adicionales:

- No te preocupes si al principio no crece mucho. A veces toma un poco más de tiempo.
- Si no usas la masa madre inmediatamente, puedes guardarla en el refrigerador y alimentarla una vez por semana.

6. Usos de la masa madre:

- Panes, pizzas, y otros productos de panadería.
- Puedes usarla en recetas que piden levadura comercial, sustituyéndola por la misma cantidad de masa madre.