

# Receta de pan minero o pan de mina de Lota



Receta de pan minero de Lota

El pan minero o pan de mina es **uno de los alimentos más característicos de la ciudad de Lota** e históricamente ha sido elaborado por las familias de la zona, originalmente para el consumo de los ahora ex mineros durante el almuerzo o «manche» en sus extensas jornadas de trabajo.

## ¿Cómo hacer pan minero de Lota?

La preparación del pan comenzaba en las casas y luego era llevado para su cocción **en hornos de barro comunitarios** a través de un sistema de turnos que aún se utiliza en la actualidad.

El pan de mina es un pan crujiente, de textura suave y muy sabroso, con olor ahumado, **dorado por fuera y muy blanco por dentro**, que puede consumirse frío o caliente y su forma de presentación puede ser como lulo, como pan o colita.

## Información Nutricional

**Categoría:** [Panes Típicos](#)

**Cocina:** Chilena

**Calorías:** 400

**Preparación:** 30 minutos

**Cocción:** 20 minutos

**Raciones:** 4 personas

## Receta de pan de mina o pan minero de lota

### Ingredientes

- 1 kg de harina
- 300 ml de agua caliente
- 120 g de manteca
- 30 g de levadura fresca
- 2  $\frac{1}{2}$  cucharaditas de sal

### Preparación

- **1.** Derretir la manteca y en un tazón grande preparar una salmuera con el agua tibia y la sal. Reservar.
- **2.** En una mesa lisa y limpia disponer el harina, abrir una corona por el centro en forma de volcán invertido, añadir la levadura desmenuzada, la manteca derretida y la mitad de la salmuera, integrar con las manos y añadir

el resto de agua poco a poco hasta obtener una mezcla consistente, amasar por 10 a 15 minutos, a mano o en una sobadora hasta obtener una masa suave y homogénea.

- **3.** Dar forma a los panes en forma de lulos alargados o en forma redonda tradicional a la que se realiza una marca central con los nudillos, la cual indicará que se trata de pan para la venta.
- **4.** Distribuir los panes al interior del horno, distribuir las brasas en la entrada, cubrir con paños húmedos y cocinar por unos 20 minutos, hasta que el pan esté dorado.
- **5.** Retirar del horno, limpiar cualquier resto de ceniza y consumir el pan minero inmediatamente o mientras está fresco.

## Historia del pan de mina

Los hornos de barro comunitarios **fueron originalmente contruidos** por las empresas del carbón a un costado de las habitaciones en donde vivían los mineros, que llegaban desde toda la región a trabajar e instalarse junto a sus familias.

Después del cierre de las minas en 1997 **los hornos se convirtieron en la principal fuente de sustento** de las familias de los ex mineros y fueron las mujeres quienes comenzaron a venderlo las calles, un trabajo que se ha mantenido hasta hoy en día y que se ha comenzado a heredar a las nuevas generaciones.

Su importancia en la historia y desarrollo de la zona es tan grande que en muchas ocasiones la comercialización del pan **permitió a las familias un acceso a mejores viviendas**, en donde luego construían sus propios hornos para seguir produciendo pan, lo que desarrolló una cultura emprendedora que se mantiene viva hasta hoy.

Para su elaboración hoy en día, los hornos comunitarios establecen agendas y horarios de trabajo para que todos puedan ocuparlos, **son encendidos con leña a primera hora del día** hasta obtener brasas candentes, que luego son removidas con escobas de laurel y eucalipto, para que impregnen su olor, se distribuye el pan con una paleta de madera con mango largo, se cubre la entrada con un poco de brasas y se tapa el horno con grandes paños húmedos.

## ¿Sabías qué?

El 5 de julio de 2019, el pan minero de Lota fue reconocido como **patrimonio inmaterial de Chile** por el Ministerio de las Culturas y las Artes.

## Recomendamos

[Pan amasado casero](#)

[Churrasca chilena](#)