



TERCER DÍA

# La harina y la levadura

## Leemos la Biblia (Lucas 13:20-21)

También dijo Jesús: «¿A qué podré comparar el reino de Dios? Es como la levadura que una mujer esconde en tres medidas de harina para que toda la masa fermente.»

## Tiempo de reflexión

¿Cuánta harina es «tres medidas»? (Si no lo sabéis, mirad atentamente este dibujo.)





Hay una gran diferencia entre la cantidad de harina y la cantidad de levadura, ¿verdad? Además, si os fijáis detenidamente en la parábola, veréis que el personaje principal «esconde» la levadura en la masa.

Hacer pan requiere mucho tiempo y mucha habilidad... ¡pero una pequeña cantidad de levadura puede cambiarlo todo! Algo muy pequeño realmente puede ser una gran diferencia.

> ¿Alguna vez habéis tenido la experiencia de algo pequeño o insignificante u oculto que ha marcado la diferencia en vuestra vida?

> ¿Qué creéis que Jesús quería decir a sus amigos con esta parábola?

> ¿Podéis encontrar otra forma de contar esta parábola?

## **Masa madre**

La masa madre se hace con agua, harina y tiempo.

La masa madre es la levadura que hace crecer el pan. Con muy poca masa madre puedes hacer mucho pan.

La masa madre puede ser eterna si la cuidamos todos los días. Puede vivir más que los seres humanos y, si está bien cuidada, nunca muere.

Entonces, el pan se puede heredar de generación en generación.

Para hacer pan, la masa madre tiene que perder la mitad de su volumen, pero si la alimentamos con agua y harina, al día siguiente volverá a ser una masa madre completa.

¡Es esta pequeña mitad de la masa madre que una mujer esconde en 60 kg de harina!

La masa madre puede aumentar mucho; en lugar de hacer pan podemos dividir en dos la masa madre y alimentar ambas partes: al día siguiente se habrán convertido en dos masas madre completas.

Los panes hechos de la misma masa madre son «panes hermanos».

Preparad todos juntos una masa madre. Cuidadla como una forma de rezar cada día.

Compartid la mitad de vuestra masa madre con alguien que lo necesite, y seréis hermanos por parte pan.

Dejadla crecer completamente de nuevo.

¡Cuida la masa madre al menos hasta que puedas volver a Olinda!

Antes de venir a Taizé, horneáis un pan muy grande (con mucha harina y un poco de masa madre escondida), y lo compartís con la gente que os encontréis por el camino.

## Preparamos la masa madre de la familia

Paso 1 > En un cuenco, colocar 30 gr de harina de trigo integral. Mezclar con 30 ml de agua. Poner la mezcla dentro de un bote grande de cristal y cubrirla con un paño seco y fino. La mejor temperatura es entre 20°C y 26°C.

Paso 2 > Alimentar la mezcla dos veces al día durante los primeros cinco días, cada vez añadir 30 gr de harina y 30 ml de agua. (Para probar la preparación de la masa, dejar caer un pequeño trozo de la mezcla en agua y, si flota, ya está lista para hacer pan). Una vez las bacterias de la masa se han activado, taparla con el paño y dejarla en reposo un día más.

Paso 3 > Para mantener viva la masa madre, será necesario alimentarla cada tres o cuatro días (¡o más a menudo si hacéis pan todos los días!). Añadir una cucharada grande de agua y mezclar. Añadir la misma cantidad de harina y mezclar. Cubrirla de nuevo.

Si deseáis compartir vuestras experiencias con el equipo de Olinda, o si deseáis hablar personalmente con uno de los miembros del equipo, podéis escribirnos o enviarnos un breve vídeo con vuestras experiencias a [olindateam@taize.fr](mailto:olindateam@taize.fr)

