

ваш домашний повар



# ПИВО и КВАС 1000 лучших рецептов



**Сергей Павлович Кашин**  
**Пиво и квас. 1000**  
**лучших рецептов**  
Серия «Ваш домашний повар»

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=8011656](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8011656)*

*Ваш домашний повар. Пиво и квас. 1000 лучших рецептов / [сост. С. П.  
Кашин]: РИПОЛ; Москва; 2014  
ISBN 978-5-386-07212-4*

### **Аннотация**

Пиво и квас, которые мы покупаем в магазинах, содержат различные консерванты, позволяющие продлить срок годности продуктов, но при этом значительно ухудшающие их вкус и качество. Именно поэтому мы предлагаем вам научиться варить эти напитки самостоятельно! В этой книге вы найдете 1000 лучших рецептов пива и кваса, которые приятно удивят вас, а также ваших друзей и близких.

# Содержание

Введение	4
Квас	8
Из истории кваса	8
Состав и свойства кваса	15
О пользе кваса	17
Приготовление кваса в домашних условиях	21
Рецепты домашнего кваса	22
Квас домашний классический (вариант 1)	22
Квас домашний классический (вариант 2)	23
Квас по-московски	24
Квас по-литовски	25
Квас белый	26
Квас белый по-старинному рецепту	27
Квас белый для окрошки (вариант 1)	28
Квас белый для окрошки (вариант 2)	29
Квас для окрошки из ржаного хлеба	30
Квас для окрошки из пшеничного хлеба	31
Квас кислый (вариант 1)	32
Квас кислый (вариант 2)	33
Квас хлебный	34
Квас хлебный с настоем черной смородины	35
Квас столовый (вариант 1)	36
Конец ознакомительного фрагмента.	37



# **С. П. Кашин**

## **Пиво и квас. 1000 лучших рецептов**

### **Введение**

В данной книге рассмотрены три на первый взгляд совершенно не связанных между собой напитка – пиво, квас и настой чайного гриба. Мы объединили их по наличию у каждого полезных свойств, знание и использование которых поз-

волит улучшить свое самочувствие при различных заболеваниях.

В нашей стране за последнее десятилетие стало особенно популярным пиво, что свойственно в большей степени западной культуре питья в противовес русской водке. Поэтому представляются интересными история этого пенного напитка, технология его изготовления, разновидности, сорта и др. Об этом подробно рассказано в рамках раздела, посвященного пиву. В частности, речь в нем идет и о полезных свойствах этого напитка, и о том, какие существуют правила подачи его к столу.

В книге также содержатся рецепты приготовления пива в домашних условиях, а также даны типы закусок, идеально подходящих к нему.

Популярным напитком на Руси традиционно является квас, который по праву признан лучшим неалкогольным питьем. Он хорошо утоляет жажду и тонизирует. Интерес вызывает тот факт, что квас стал популярен не только в России, но и далеко за ее пределами: в Японии, Франции, Германии и других странах мира. Несведущие в этом вопросе иностранцы, попробовав его впервые, зачастую называют «кислым пивом», отмечая тем самым некоторое сходство с пенным напитком.

Солодовый экстракт в составе кваса благодаря содержанию в нем витаминов С и группы В великолепно стимулирует рост и развитие организма, а также улучшает работу

мышц, что взяли на заметку многие спортсмены. В связи с этим данный напиток включают также в меню тех, кто следит за своим весом. В свое время Д. И. Менделеев писал о том, что организованное в те времена общество по охране здоровья взяло на себя производство кваса и что практически все почитатели этого напитка, к которым принадлежал и он сам, данному факту были очень рады.

На страницах этой книги рассказывается о чайном грибе и настое из него. Его еще называют японским грибом, морским квасом, чайной медузой и медузомицетом. Большинство ученых и исследователей из разных стран мира уже доказали положительное влияние этого напитка на организм в целом. Содержащиеся в нем вещества помогают в борьбе с такими заболеваниями, как воспаление слизистой оболочки кишечника, желудка и двенадцатиперстной кишки, язва желудка и т. д. Надо сказать, что многочисленные научные исследования терапевтических свойств настоя чайного гриба осуществляются с 1913 г. В ходе их были засвидетельствованы данные народной медицины о лечебном действии этого напитка при атеросклерозе, головных болях и заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Чайный гриб, который на протяжении не одного столетия применяется в качестве лечебного средства, поможет вам преодолеть различные недуги и вместе с тем укрепить здоровье, нормализовать обменные процессы в организме и повысить его иммунную защиту. В книге подробно рассказано

о происхождении и истории этого живительного гриба, его применении и способах приготовления в домашних условиях. Также дан перечень заболеваний, при которых употребление данного напитка особо эффективно.

# Квас

## Из истории кваса

На сегодняшний день не существует единой точки зрения относительно того, где впервые стали готовить квас, но так сложилось, что во всем мире он считается традиционно русским напитком.

Так, некоторые историки предполагают, что еще жители Древней Греции знали рецепт кваса или напитка, отдаленно напоминающего его. В то же время археологические раскопки на Южном Урале свидетельствуют о том, что древние славянские народы, жившие на его территории еще до нашей эры, умели варить квас, вкус которого очень похож на вкус современного напитка. Эти выводы были сделаны на основе исследований найденной посуды: в пористых стенках глиняных горшков содержались высохшие частички жидкости.

Достоверно установлено, что квас был известен во времена Киевской Руси. В древних летописях, дошедших до наших дней, говорится, что в период принятия христианства князь Владимир приказал раздавать людям продукты, мед и квас. Этот напиток употребляли практически все, независимо от социальной принадлежности, и с течением времени он стал поистине народным. Жители деревень и сел использо-



вали его как естественный ароматизатор для тела, поливая им каменку при мытье в русской бане. Крестьяне, особенно в летний период, обязательно брали с собой кувшин с квасом, когда отправлялись на полевые работы, так как он хорошо утолял жажду и тонизировал. Существовало большое количество его разновидностей. Наиболее популярными из них были следующие:

- 1) с добавлением листьев мяты и изюма;
- 2) на ржаном и ячменном измельченном солоде;
- 3) так называемый северный квас, приготовленный из ржаной муки грубого помола, муки из исландского мха и листьев черной смородины;
- 4) украинский, или малороссийский, квас, основу которого составляли ржаной высушенный дробленый солод, изюм, корица и листья мяты.

Были также сладкий, кислый, приготовленный из яблок и свеклы; предназначенный только для окрошки, так называемый квас-щи, суточный, наваристый и т. д. Квас ценили больше воды, о чем свидетельствует поговорка: «Худой квас лучше хорошей воды». Если он был приготовлен с соблюдением всех технологий, то о нем говорили так: «Хорош квасок, коли шибает в носок».

Перечисленные виды кваса изготавливали исключительно на хлебном сырье. Также при приготовлении напитка добавляли муку из гречихи, его называли весенним. До наших дней сохранился рецепт петровского кваса, отличающегося

необычным ароматом и особым вкусом. Его варили в период правления Петра I и считали украшением праздничного стола.

На Руси даже существовала профессия «квасник», которая была весьма почетна. Мастера этого дела в совершенстве владели искусством приготовления самых разнообразных сортов и видов кваса.

В XIX в. популярным стало баварское пиво, которое большими партиями импортировали в Россию, в результате упало потребление кваса. Тогда на его защиту встало Российское общество охранения народного здоровья, члены которого представили убедительные аргументы в пользу исцеляющих, диетических и профилактических свойств этого напитка, требуя повлиять на сложившуюся ситуацию.

Возникает вполне закономерный вопрос: как же на самом деле появился этот великолепный и всеми любимый напиток? Согласно одной легенде, в горшок с пшеничными зернами попала вода, и они проросли. Люди их высушили, потом смололи в муку, но поняли, что хлеба из нее не испечешь. Так получился солод. Его не стали выкидывать, а залили кипятком. Через несколько дней, когда он сквасился, получился напиток, вкус которого очень понравился людям. Так и появился первый рецепт приготовления кваса. Солод делали из семян хлебных злаков, как правило, ржи и ячменя. Данный процесс был достаточно трудоемким и продолжительным. Для хорошо перебродившего солода зерно ос-

новательно просеивали на крупных решетках, тщательно промывали, заливали водой, проращивали, запаривали (или томили), высушивали и только после этого перемалывали.

В Удмуртии, к примеру, солод получали из ржаной муки. После того как рожь проросла, ее не сквашивали, а сразу подвергали сушке и перемалыванию. В итоге солод получался сероватого цвета.

В деревнях Сибири готовили так называемые квасные хлебцы из ржаного солода и ржаной муки. Муку ошпаривали, вливали заранее приготовленный солод, хорошо размешивали, помещали в глиняный горшок и томили в русской печи в течение дня. В итоге получалось густое тесто, из которого формовали маленькие хлебцы-колобки и затем выпекали их в печи. Их измельчали и применяли как основу для будущего напитка. Просушенные хлебцы могли храниться в течение всего года.

Впоследствии квас стали готовить из ягод, овощей, фруктов, ржаных сухарей, капустных листьев, березового сока и т. п.

На Руси для приготовления кваса начиная с XVII в. использовали так называемый квасник, который делали из глины. Внешне он представлял собой емкость с носиком, довольно широким горлышком и выгнутой ручкой. Зачастую его украшали различными орнаментами и сценками бытовой жизни людей тех времен. лишь настоящие мастера могли выполнить его с соблюдением всех необходимых требований.

Особенностью его конструкции являлась стержневая часть в форме баранки, в середину которой клали лед для охлаждения напитка. Не случайно в качестве материала для квасников использовали глину. Благодаря ее свойствам жидкость в таких емкостях в жару долго остается прохладной, а в холодное время года – теплой. Для хранения кваса применяли горшки с замысловатыми названиями – кухли, гречишники, опарницы, квашни, махотки. Такую посуду периодически прокаливали для уничтожения неприятных запахов.

Русский квас с полным правом можно назвать напитком здоровья. Его употребление позитивно воздействует на желудочно-кишечный тракт, стимулирует пищеварительные процессы и повышает тонус всего организма.

В засушливые и неурожайные годы квас был чуть ли ни единственным источником жизненно важных витаминов и микроэлементов. Его употребляли не только как жаждоутоляющий напиток, но и как лечебное средство. В старинных лечебниках содержатся упоминания о том, что его применяли при таких заболеваниях, как чахотка и цинга.

Во времена Советского Союза было налажено промышленное производство кваса. В летний период практически на каждом углу можно было видеть цистерны и бочки с охлажденным и приятным на вкус напитком. Согласно статистике, в 1985 г. количество производимого кваса достигло 55,3 млн декалитров, что составляло 29 % от объема всех выпускаемых безалкогольных напитков. В 1990-е гг., когда

российский рынок заполонили иностранные газированные напитки различных вкусов и цветов, производство и употребление кваса значительно снизилось. В 1997 г. произвели только 9 млн декалитров, что составляло лишь 3 % от общего объема производства безалкогольных напитков.

За последнее десятилетие ситуация изменилась. Так, по темпам прироста сектор производства кваса занимает лидирующее положение, а объемы продаж этого напитка повышаются примерно на 15–20 % каждый год, начиная с 2001 г.

Справедливости ради следует заметить, что не все напитки, именуемые квасом, на деле являются таковыми. Все чаще его изготовители стали применять неестественную ферментацию, в результате чего получается квасной напиток, содержащий ароматизаторы, красители, консерванты, регуляторы кислотности и подсластители. Такой настой подвергают тепловой обработке и затем разливают в пластиковую тару. Естественно, что этот напиток не имеет ничего общего с настоящим квасом живого брожения. По этой причине ведущие производители кваса стремятся сохранить рецептуру и традиции изготовления «живого» кваса.

Современные квасильные системы, в которых напиток подвергается брожению, изготавливают из нержавеющей стали (для заводов и цехов), а на маленьких производствах используют емкости из специального пищевого пластика.

Аппараты для дображивания кваса очень плотно укупоривают. Герметичность необходима для того, чтобы углекис-

лый газ, образующийся в период ферментации, не улетучивался, тогда квас получится газированным.

Следует отметить, что дозревание кваса может происходить как в бутылках, так и в кегах. Чтобы максимально увеличить время его хранения, напиток предварительно хорошо очищают, а после распределяют по бутылкам. В этом случае он может храниться около 2 месяцев.

Малые цеха и заводы применяют так называемые сода-кеги, объем которых составляет 18 л. В них транспортируют газированные напитки (пиво, квас), находящиеся в них под давлением углекислого газа. Наиболее часто используемыми являются тары из пищевого пластика. Их употребляют для всех «живых» напитков, где они проходят процесс доферментации. Подобные емкости удобные, легкие и недорогие.

Для изготовления «правильного» кваса применяют и специальные системы очистки воды, весы для взвешивания исходных продуктов. На небольших заводах вместо них используют специальную мерную посуду. Помимо этого применяют различные кастрюли и котлы для приготовления и хранения сиропа, рукава для переливания жидкостей, емкости для дистилляции, стерилизации, машинные аппараты для приклеивания этикеток и розлива по тарам. К числу важных условий технологического процесса изготовления кваса относятся системы вентилирования, отопления и обеспечения электроэнергией и водой.

# Состав и свойства кваса

Так что же представляет собой квас? Это продукт незавершенной спиртовой либо молочнокислой ферментации сусла, содержащий некоторое количество алкоголя, доля которого зависит от применяемой рецептуры и закваски. Так, она может составлять от 0,6 до 2,5 % спирта. В связи с этим квас не следует давать детям и людям, которым противопоказано употребление этилового спирта.

Квасной порошок изготавливают посредством смешивания тщательно молотого солода и ржаной муки, благодаря которой получаются квасные хлебцы. Затем их подвергают сушке и измельчают. Готовый порошок используют в основном при домашнем приготовлении кваса. Входящие в его состав ингредиенты берутся из расчета на 5 л готового напитка. Делают его так.

Нужно нарезать тонкими ломтиками хлеб из ржаной муки, подсушить его на противне в духовке либо в печи до образования темно-кофейного цвета.

Затем следует взять 700 г сухарей, залить их 3 л кипящей воды и настаивать 2 ч в теплом месте.

После процедить его сквозь мелкое сито и хорошо перемешать.

Практически готовый квас следует убрать для ферментации на 6 ч., затем всыпать 100 г тертого корня хрена, пред-

варительно смешанного со 100 г меда. Хранить его нужно в прохладном месте.

На производствах сусло (так называемый аналог кваса) вырабатывают более простым способом. В ячменный и ржаной солод добавляют воду, хорошо перемешивают, затем полученную массу настаивают и уваривают в специальных герметичных машинах.



## О пользе кваса

Лечебные свойства такого замечательного напитка, как квас, известны с давних пор. Они обусловлены присутствием в нем молочной кислоты, различных витаминов, аминокислот, белковых катализаторов, углеводов (глюкозы, фруктозы, мальтозы, сахарозы), декстринов и микроэлементов.

Что касается его действия на человеческий организм, то оно аналогично действию такого молочнокислого напитка, как кефир. Квас помогает нормализовать функцию желудочно-кишечного тракта, препятствует размножению патогенных микроорганизмов, восстанавливает метаболические процессы, позитивно воздействует на состояние сердечно-сосудистой системы.

Кислоты играют важную роль в нашем организме: они активизируют процессы распада и беспрепятственного выведения мертвых, нездоровых и аномальных клеток. Способность кваса утолять жажду также обусловлена содержанием в нем уксусной и молочной кислот.

Квас является калорийным продуктом (200–300 ккал на 1 л), поэтому его разрешается пить во время различных постов, а также в период восстановления после тяжелых заболеваний.

В ходе многочисленных исследований было выяснено, что использование в квасе экстракта солода, составляющего ос-

нову этого напитка, во много раз оказывается более действенным по сравнению с глюкозой и помогает поддерживать тонус мышц во время физических нагрузок и изнуряющих спортивных тренировок. В этом случае в крови более продолжительное время остается значительное количество сахара, и человек дольше не чувствует усталости.

Вытяжка из ржаного солода включает в себя витамины С и группы В. Так, в 100 г семян ржи, применяемой для производства солода, содержится 330 мг фосфора, 70 мг кальция и до 12 мг железа, а также медь, марганец, молибден, цинк, кобальт и 11 аминокислот, 7 из которых относятся к незаменимым. Все это подтверждает тот факт, что экстракты из ржаного и ячменного солода и произведенные из них напитки являются поистине ценными диетическими продуктами.

В процессе естественной ферментации кваса образуются полезные микроорганизмы, которые укрепляют иммунную систему. При таком заболевании, как гастрит с низким содержанием кислоты, рекомендуется выпивать стакан кваса за полчаса до основного приема пищи. Его также можно употреблять в комплексной терапии при лечении истощения нервной системы, повышенного артериального давления, при восстановлении сердечной деятельности, для укрепления стенок сосудов, а также в качестве естественного продукта, улучшающего настроение. С помощью кваса можно укрепить десны и излечить стоматит.

Полезные для здоровья качества кваса приобрел благода-

ря совокупности различных злаков, дрожжевых грибов и многообразных добавок (травам, плодов и ягод). О лечебных свойствах ржаного и ячменного солода было известно с незапамятных времен. Их использовали при заболеваниях органов дыхательной системы, кожных болезнях (сыпи, крапивнице, чесотке и т. д.), при нарушениях почечной функции, для улучшения мочеиспускания, нормализации метаболических процессов и регулирования деятельности желудочно-кишечного тракта.

Дрожжи, также входящие в состав кваса, представляют собой микроскопические грибы, богатые органическими веществами. Важную роль играют продукты вторичного обмена веществ дрожжей, продуцируемые в небольших количествах в окружающую среду: сивушные масла, ацетоин (или ацетилметилкарбинол), диацетил, масляный альдегид, изоамиловый спирт, диметилсульфид и т. д. Именно они придают квасу вкус и запах. Их применяют при лечении инфекционных заболеваний, воспалений, сахарного и несахарного диабета, истощении нервной системы, воспалительных заболеваниях внутренней оболочки толстого кишечника, кожного покрова, глазных болезней.

Людам, которые имеют проблемы с сердечно-сосудистой системой, будет полезен хлебный квас, поскольку он очищает кровеносные сосуды.

Помимо этого, он способствует улучшению мужской силы, излечивает органы зрения, клетки печени, а принятый

на голодный желудок способствует продукции желудочного секрета.

Квас на основе свеклы восстанавливает клетки печени и обладает хорошим желчегонным свойством. Его также употребляют при нарушениях ритма сердечной мышцы.

# **Приготовление кваса в домашних условиях**

Квас готовят на основе сухарей из ржаного хлеба и ржанных корок, из ячменного и овсяного солода, а также отрубей. Такой напиток получается очень питательным. При этом важно соблюдать технологию его изготовления, чтобы он не получился излишне кислым, иначе будет оказывать раздражающее действие на слизистую желудка. Существует множество рецептов приготовления кваса. В этой книге мы рассмотрим наиболее известные из них.

# Рецепты домашнего кваса

## Квас домашний классический (вариант 1)

### *Ингредиенты*

4 л воды, 600 г ржаных сухарей, 100 г сахара, 20 г изюма, 10 г дрожжей, 5 г мяты.

### *Способ приготовления*

Ржаные сухари пересыпать в глубокую емкость, обдать кипятком, затем плотно накрыть крышкой и оставить на 3–4 часа. Готовое сусло процедить через марлю, затем добавить предварительно растворенные в теплой воде дрожжи, сахар, листья мяты, накрыть салфеткой и настаивать 10–12 часов.

Когда начнет образовываться пена, еще раз процедить и разлить по бутылкам объемом  $\frac{1}{2}$  л, добавив в каждую из них несколько штук промытого изюма, хорошо укупорить и держать 4 часа при комнатной температуре, а затем убрать в холодильник или погреб. Через 3 дня молодой квас будет готов.

# Квас домашний классический (вариант 2)

## *Ингредиенты*

3,2 л воды, 400 г ржаных сухарей, 150 г сахара, 40 г изюма, 30 г дрожжей, 5 г мяты, 4 листа черной смородины.

## *Способ приготовления*

Растворить в 200 мл теплой воды дрожжи.

Ржаные сухари обдать 3 л кипящей воды и оставить на 3 часа.

Полученное сусло процедить через сложенную в несколько слоев марлю, всыпать в него сахар, влить дрожжи, добавить мяту и листья черной смородины.

Настаивать 11 часов, прикрыв чистой хлопчатобумажной тканью. Когда сусло сквасится, процедить его и разлить по бутылкам объемом  $\frac{1}{2}$  л, в каждую из которых положить несколько изюмин.

Укупорить их и убрать в прохладное место. Через 3 дня квас можно будет пить.

# Квас по-московски

## *Ингредиенты*

8,6 л воды, 250 г солода из ржанных сухарей, 250 г меда, 150 г гречневой муки, 150 г пшеничной муки, 100 мл воды, 15 г дрожжей, 5 г сахара, 3 г мяты.

## *Способ приготовления*

Приготовить закваску: дрожжи растворить в 100 мл теплой воды, добавить пшеничную муку, сахар и перемешать, держать 2 часа в теплом месте. В солод насыпать гречневую муку, влить 500 мл кипящей воды и замесить крутое тесто. Оставить его на несколько часов в теплом месте. Когда оно увеличится в 2 раза, залить его 8 л кипятка, хорошо перемешать и дать отстояться. Образовавшееся бесцветное сусло аккуратно слить в чистую емкость, перемешать с медом и влить закваску из дрожжей. Когда тесто перебродит, квас разлить по бутылкам и укупорить.

Держать их в теплом месте 12 часов и затем убрать в погреб или холодильник. Через 3 дня квас будет готов. Образовавшуюся гущу можно вновь залить кипятком и настоять еще раз.



# Квас по-литовски

## *Ингредиенты*

8,2 л воды, 1 кг сухарей из ржаного хлеба, 400 г сахара, 50 г изюма, 50 г ржаной муки, 30 г дрожжей, 5 г лимонной кислоты.

## *Способ приготовления*

Дрожжи растворить в 200 мл теплой воды и добавить ржаную муку. Сухари залить (8 л) горячей воды и хорошо перемешать, после чего охладить до температуры 50 °С, добавить дрожжевую закваску и оставить на 12 часов. Затем процедить жидкость, всыпать сахар, изюм и лимонную кислоту. Все тщательно перемешать и снова убрать в теплое место на 12 часов. После этого квас распределить по бутылкам и плотно укупорить их. Через сутки его можно будет пить.

# Квас белый

## *Ингредиенты*

10 л воды, 1 ½ кг ржаного солода, 1 ½ кг ячменного солода, 1 ½ кг пшеничной муки, 1 ½ кг гречишной муки, 500 мл настоя мяты, 60 г пивных дрожжей, 10 г изюма.

## *Способ приготовления*

Солод смешать с мукой, добавить 4 л кипящей воды и тщательно вымесить густое тесто.

Затем влить в него еще 6 л кипящей воды, хорошо перемешать, всыпать изюм, пивные дрожжи и добавить настой мяты.

Настаивать в темном месте, накрыв хлопчатобумажной тканью.

Готовый квас процедить и разлить по бутылкам.

# Квас белый по-старинному рецепту

## *Ингредиенты*

2 кг ржаной муки, 500 г гречневой муки, 500 г пшеничной муки, 500 г ржаного солода, 250 г ячменного солода, 100 мл дрожжевой закваски, 80 г сушеной мяты, вода.

## *Способ приготовления*

Ржаной и ячменный солод залить теплой водой и перемешать.

Затем соединить все виды муки и всыпать полученную смесь в заваренный солод.

Залить эту массу водой в соотношении 4:1 и выдержать в теплом месте 5 часов.

Потом добавить 6 л кипятка, хорошо перемешать и влить закваску, всыпать сушеную мяту.

Полученное сусло настаивать 10 часов в теплом месте, затем процедить и разлить по бутылкам. Хранить в прохладном месте.

# Квас белый для окрошки (вариант 1)

## *Ингредиенты*

5,1 л воды, 700 г ржаной муки, 200 г ржаного солода, 200 г гречневой муки, 100 г ячменного солода, 10 г дрожжей.

## *Способ приготовления*

Дрожжи развести в 100 мл теплой кипяченой воды, добавить сахар и убрать в теплое место на 2 часа. Ржаной и ячменный солод перемешать, залить 2 л теплой кипяченой воды. В полученную массу вмешать ржаную и гречневую муку и ввести еще 2 л кипятка. Настаивать в теплом месте 5–6 часов. Затем влить 3 л кипящей воды, хорошо перемешать и охладить. Ввести закваску из дрожжей и держать 2 дня в прохладном месте. Квас процедить через сложенную в несколько слоев марлю и разлить по бутылкам. Хранить в погребе или холодильнике.

# Квас белый для окрошки (вариант 2)

## *Ингредиенты*

10 л воды, 3 кг ржаной муки, 1 ½ кг пшеничной муки, 1 ½ кг гречневой муки, 1 ½ кг ржаного солода, 800 г ячменного солода, 200 мл дрожжевой закваски, 50 мл лимонного сока.

## *Способ приготовления*

Ржаной и ячменный солод смешать, влить 5 л теплой кипяченой воды.

Муку смешать и добавить 5 л кипятка и лимонного сока, постоянно помешивая. Ввести эту массу в солод, влить дрожжевую закваску и настаивать 5–6 часов в теплом месте. Затем убрать в холод на 1–2 суток.

# Квас для окрошки из ржаного хлеба

## *Ингредиенты*

6 л воды, 800 г сухарей из ржаного хлеба, 150 г сахара, 50 г пшеничной муки, 25 г дрожжей.

## *Способ приготовления*

Дрожжи растворить в 200 мл теплой воды, добавить муку и держать в теплом месте в течение часа.

Сухари высыпать в кастрюлю, влить кипящую воду и настаивать под крышкой 3–4 часа. Затем процедить, добавить сахар и дрожжи, поставить в теплое место на 4–6 часов, после чего хорошо охладить.

Готовый квас разлить по бутылкам, укупорить и хранить в холодильнике или погребе.

# **Квас для окрошки из пшеничного хлеба**

## *Ингредиенты*

7 л воды, 800 г сухарей из пшеничного хлеба, 150 г ржаного хлеба, 100 г сахара, 100 г пшеничной муки, 25 г дрожжей.

## *Способ приготовления*

Положить сухари в глубокую емкость, залить 6,5 л горячей воды, накрыть крышкой и убрать в теплое место на 4 часа. В другой посуде замесить тесто из ржаного хлеба, муки, 500 мл воды и дрожжей. Держать в тепле для сквашивания 1 ½ часа. Затем сформовать из него лепешки среднего размера и испечь их в духовке при 150 °С, охладить и разрезать на равные части. Добавить в емкость с сухарным настоем, всыпать сахар и перемешать.

# Квас кислый (вариант 1)

## *Ингредиенты*

8,7 л воды, 1 ½ кг ржаной муки, 300 мл настоя мелиссы, 250 г ржаного солода, 150 г пшеничной муки, 50 г дрожжей.

## *Способ приготовления*

Солод смешать с мукой, добавить 500 мл теплой воды, вымесить крутое тесто, обдать 200 мл кипятка и размешать. Держать в теплом 24 часа, затем влить 2 ½ л кипятка, вымесить и добавить 5 л охлажденной кипяченой воды. Полученное сусло перелить в кадку, добавить настой мелиссы, дрожжи и убрать в холодное место на 3 суток.



# **Квас кислый (вариант 2)**

## *Ингредиенты*

8 л воды, 4 кг пшеничного солода, 2 кг ячменной муки, 200 мл дрожжевой закваски, 150 мл квасной гущи.

## *Способ приготовления*

Муку и солод смешать, залить их 1 л кипятка и настаивать в теплом месте 12 часов. Влить в массу тонкой струйкой 7 л кипятка, охладить и ввести дрожжевую закваску и квасную гущу. Когда смесь сквасится, напиток процедить и хранить в прохладном месте.

# Квас хлебный

## *Ингредиенты*

12 л воды, 4 кг ржаной муки, 1 л квасной гущи, 500 г гречневой муки, 500 г солода.

## *Способ приготовления*

Муку и солод смешать, залить 3 л теплой кипяченой воды, затем добавить 1 л кипятка, через 30 минут – еще 6 л.

Полученную массу довести до кипения, снять с плиты и охладить. Ввести в нее квасную гущу и настаивать под крышкой в теплом месте.

Через 2 суток влить 2 л холодной воды, перемешать и затем процедить.

# **Квас хлебный с настоем черной смородины**

## *Ингредиенты*

7 л воды, 1 кг сухарей из ржаного хлеба, 700 мл сахарного сиропа, 400 мл настоя черной смородины, 50 г изюма, 20 г дрожжей.

## *Способ приготовления*

Залить сухари 7 л кипятка и настаивать 12 часов, процедить и влить настой черной смородины.

Добавить сахарный сироп, дрожжи и держать 12 часов.

Затем удалить образовавшуюся пену, процедить и разлить по бутылкам, добавив в каждую несколько изюмин, плотно укупорить.

Через 2 дня квас можно пить.

# Квас столовый (вариант 1)

## *Ингредиенты*

8 ½ л воды, 1 кг ржаной муки, 700 г солодовой муки, 700 г пшеничной муки, 200 мл дрожжевой закваски, 15 г сушеной мяты.

## *Способ приготовления*

Солодовую муку и 500 г пшеничной муки соединить, залить 5 л кипящей воды и убрать в теплое место на 12 часов. Затем добавить 2 л холодной воды, тщательно перемешать, чтобы не было никаких комочков, и настаивать 2 часа.

200 г пшеничной муки соединить с дрожжевой закваской, влить 1 ½ л воды теплой водой, перемешать и убрать в теплое место, чтобы тесто увеличилось в объеме в 2 раза. Затем смешать его с суслом и опустить мяту. Плотнo закрыть емкость, настаивать 12 часов, после чего разлить по бутылкам. Квас через 3 дня будет готов.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.