

Татьяна АБРОВА

Страна вкусного хлеба

Руководство
по выпечке хлеба
на закваске

Татьяна Аврова
Страна вкусного хлеба.
Руководство по выпечке
хлеба на закваске

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69462493
ISBN 9785006029910

Аннотация

Ровно 8 лет назад желание кормить семью вкусной домашней выпечкой с понятным составом остановило мой выбор на выпечке на закваске, и особое место в ней заняло хлебопечение на закваске. И вот, это уже моя пятая книга, посвящённая выпечке на закваске. В книге более 50 рецептов с иллюстрациями, представленных простым и доступным языком, благодаря которым вы научитесь выводить пшеничную и ржаную закваску, научитесь печь свой хлеб на закваске. И ароматы свежеиспечённого хлеба наполнят ваш дом!

Содержание

Об этой книге	5
Основы хлебопечения на закваске	7
Закваска	23
Ржаная закваска «Вечная»	23
Пшеничная закваска	27
Тесто	30
Универсальное базовое тесто на закваске для хлеба, булочек, пирогов, пирожков и прочей выпечки	30
Безопасное ночное тесто на закваске	40
Изумительное тесто на закваске с добавлением картофельного пюре и жареного лука.	47
Тесто на пшеничной закваске для несладкой выпечки	60
Хлеб с добавлением ржаной муки	67
Домашний серый хлеб на закваске	67
Невероятный чудный Овернский хлеб на закваске	76
Очень полезный хлеб на закваске. Для похудения, для здоровья, для хорошего самочувствия	87
Конец ознакомительного фрагмента.	89

Страна вкусного хлеба. Руководство по выпечке хлеба на закваске

Татьяна Аврова

Дизайнер обложки Вадим Отставнов

© Татьяна Аврова, 2023

© Вадим Отставнов, дизайн обложки, 2023

ISBN 978-5-0060-2991-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Об этой книге

Дорогие друзья! Книга, которую Вы открыли и уже прочитали первые строки, посвящена хлебопечению на закваске.

Вкус и польза выпечки на закваске подтверждены и проверены временем и многократным опытом многих известных пекарей с мировым именем. Я тоже не осталась в стороне и в своём многолетнем опыте лишний раз убедилась в превосходных вкусовых свойствах заквасочного хлеба и мучных изделий, выпеченных на закваске.

Полезность закваски в том, что она содержит живые бактерии, которые нормализуют работу желудочно-кишечного тракта, а значит – улучшают самочувствие и повышают качество жизни. Если желудок работает «как часы», человек ощущает прилив сил. У него хорошее настроение, здоровая кожа и крепкий иммунитет.

Это утверждение родилось не на пустом месте. Перед тем как начать печь на закваске, мною была проделана немалая работа по изучению материалов специалистов-заквасочников с их опытом. Вооружившись этим пониманием, я стала пробовать печь по рецептам известных хлебопекарей, а когда положительные результаты не заставили себя ждать, начала печь хлеб и по собственным рецептам, экспериментируя с разными видами муки и всевозможными добавками, которые только улучшали вкус моих хлебобулочных изде-

лий.

И тогда настало время знакомить пользователей и подписчиков с моей выпечкой на закваске на моём канале в Ютубе.

Народ откликнулся благодарными комментариями и советами – за что им большое спасибо.

Очень многих пользователей канала заинтересовал сам процесс выпечки на закваске. Появились и вопросы от подписчиков, на которые я с удовольствием отвечала, и, тем самым, помогала людям учиться печь на закваске с нуля.

Уникальность личных рецептов и отзывы благодарных подписчиков, сподвигли меня на создание книг: «Хлеб на закваске», «Хлеб на закваске 2», «Сладкая выпечка на закваске», «Свой хлеб на закваске». Это пятая книга, посвящённая закваске. Если предыдущие книги были взаимно увязаны, то эта книга – самостоятельный вариант изложения всевозможных новых рецептов выпечки на закваске, которую я и предлагаю Вашему вниманию.

Основы хлебопечения на закваске

Закваска



Для начала вспомним, что представляет из себя закваска.

Это симбиоз дрожжей натурального происхождения и молочнокислых бактерий. Молочнокислые бактерии в этом со-
существовании преобладают со значительным численным
перевесом и являются основной рабочей силой закваски.
Симбиоз дрожжей и молочнокислых бактерий образуется
через нескольких суток после того, как смешают муку и воду.

Домашнюю закваску называют спонтанной, так как эта за-

кваска выводится спонтанным, то есть самопроизвольным, неконтролируемым брожением, которое основано на бактериях и дрожжах естественным образом присутствующих в среде, в которой выводится закваска и сложно предсказать, какой продукт получится в итоге.

Домашняя закваска очень своенравная, она реагирует и на муку, и на воду, и на чистоту баночек, в которых закваска живёт, и на температуру, которая её окружает. Стоит чуть изменить компоненты, например взять другой сорт муки и нет гарантий, что масса поднимется точно так же, как раньше.

Как ухаживать за закваской, как хранить закваску, как лечить закваску

В отличие от покупных дрожжей за закваской необходимо ухаживать, почти как за домашним любимым питомцем: регулярно кормить и оберегать от болезней.

Опираясь на приобретенные знания о том, что любят и чего не любят живущие в закваске микроорганизмы, а также на опыт, которым любезно поделились люди в социальных сетях, занимающиеся закваской и, конечно же, опираясь на собственный опыт, могу предложить следующие рекомендации по уходу и хранению закваски.

Хранить закваску следует в стеклянной или керамической посуде. В пластике хранить закваску нежелательно.

Если хранить закваску на кухонном столе, то кормить её нужно ежедневно 1 раз в сутки в прохладное время года

и 2 раза в сутки в жаркое время года. Желательно кормить закваску в одно и то же время по схеме 1:1:1 (1 весовая часть закваски: 1 весовая часть воды: 1 весовая часть муки) или 1:2:2 (1 весовая часть закваски: 2 весовые части воды: 2 весовые части муки).

Место, где хранится закваска, должно быть прохладным и защищённым от прямых солнечных лучей (ультрафиолетовое излучение – фактор стресса для микроорганизмов).

Если хранить закваску в холодильнике, то кормить её нужно не реже, чем 1 раз в 3—4 дня (это мой личный опыт). Температуру в холодильнике желательно установить не ниже, чем 9°C , а лучше не ниже, чем 10°C . Но, к сожалению, не во всех холодильниках можно устанавливать температуру $+10^{\circ}\text{C}$. В моём холодильнике самая высокая температура это $+9^{\circ}\text{C}$.

Почему не целесообразно хранить закваску при температуре ниже $+9^{\circ}\text{C}$?

При низких температурах метаболизм молочнокислых бактерий и дрожжей в той или иной степени замедлится, результатом чего будет нарушение количественных соотношений между этими видами микроорганизмов.

Если будут ослаблены молочнокислые бактерии, то процессы ферментации в тесте будут идти по-другому и в хлебе не будет обычной его пользы. Кроме того, закваска станет менее защищённой, приобретет неприятный запах, изменит цвет, станет уязвимой для плесени.

Если же будут угнетены дрожжи, то это отрицательно скажется на подъёмной силе закваски.

Для хранения закваски на рабочем столе при комнатной температуре закрывать её полезно чем-то дышащим (ткань, марля, салфетка). Если закрывать пластмассовой крышкой, то следует просверлить в ней 2—3 небольших отверстия для доступа воздуха. Если этого не сделать, то при нехватке кислорода дрожжи будут вырабатывать в основном этанол (этиловый спирт), который станет питанием для уксуснокислых бактерий. В результате в закваске будут накапливаться летучие вещества (этанол, уксусная кислота), которые будут угнетать все микроорганизмы закваски.

В холодильнике же, наоборот, хранить закваску следует под плотно закрытой крышкой без отверстий.

При кормлении закваску следует пересаживать в чистую, хорошо помытую банку (хотя бы через раз), так как на внутренних стенках банки могут поселиться нежелательные микроорганизмы.

Не следует хранить большое количество закваски, так как в какой-то момент, когда вы захотите омолодить закваску, большая часть закваски перестанет быть рабочей и её придется выбросить. Поэтому количество закваски для хранения лучше минимизировать. Оставлять столько, сколько нужно для последующего кормления либо для приготовления опары.

Запомните, как пахнет закваска в своем рабочем, актив-

ном состоянии. Примите этот запах за норму и отслеживайте отклонения от нее.

Основные причины проблем с закваской – несоблюдение условий хранения и недостаточное питание.

Признаками голодной закваски служат:

- спиртовой запах
- уксусный запах (нерезкий)
- образование на закваске твердой корочки, при снятии которой ощущается немножко неприятный запах. Рекомендуется корочку снять и выбросить, закваску перемешать.
- появление поверх закваски прозрачной водички (расслоение закваски).
Рекомендуется жидкость слить, закваску перемешать.

При признаках голодной закваски, закваску следует просто покормить 1—2 раза. После первого кормления закваска должна подняться и осесть и только после этого можно покормить закваску второй раз.

Признаками отклонения закваски от нормы служат:

- дрожжевой запах (нерезкий)
- образование на закваске тонкого белого налёта
Рекомендуется налёт снять и выбросить.
- неприятный запах
- образование на закваске твердой корочки, при снятии которой ощущается прогорклый запах

Рекомендуется корочку снять и выбросить.

– расслоение закваски (сверху черная водичка)

Рекомендуется жидкость слить.

– резкий ацетоновый запах

Причиной отклонения закваски от нормы служит ослабление закваски, ослабление её защитных свойств, в результате развитие в закваске посторонних нежелательных видов микроорганизмов.

Проблема решается при соблюдении режима хранения и правильном питании.

Перед лечением обязательно поместите закваску в чистую банку.

Лечение – обильное и регулярное кормление закваски в течение нескольких дней. Каждое последующее кормление лишь после того, как закваска поднимется и осядет после предыдущего кормления.

Признаками серьёзных отклонений закваски от нормы служат:

– резкий дрожжевой запах и появление налета в виде дрожжевых спор

– появление плесени (зелёной, чёрной)

– расслоение закваски (сверху налёт или твёрдая корочка, при снятии – чёрная вода и резкий неприятный запах).

Проблема практически нерешаемая. Закваску легче выбросить и вывести новую.

Замес

Чтобы выпечь хлеб, для начала нужно замесить тесто. Замес теста – это важнейшая технологическая операция, от которой зависит, в частности, качество хлеба. Очень важно понимать, что хорошо замешанное тесто – обязательное условие для того, чтобы получить хлеб хорошей формы и с хорошо раскрытыми надрезами.

Аутолиз/автолиз в хлебопечении – это процесс расстойки смеси муки и воды перед замесом теста. Если смешать муку и воду до добавления остальных ингредиентов и дать этой смеси постоять от 20 минут до 1 часа, то тесто слегка перемешивается само по себе, становится мягче и позволяет в дальнейшем ускорить замес.

Считается, что в своё время этот метод был открыт французским профессором и хлебопекарем Раймондом Калвелем. Хотя понятно, что этим методом пользовались на Руси исстари, не называя этот процесс таким научным словом «аутолиз / автолиз».

При замесе в тесте образуется клейковина (глютен). Клейковина (глютен) – белок, содержащийся во многих злаках, особенно в пшенице, овсе, ячмене, ржи. Чем более развита клейковина в тесте, тем эластичнее тесто и тем быстрее оно поднимается при выпечке.

Тесто на закваске замешивается на основе закваски (опа-

ры), муки, воды, соли и, при необходимости, различных добавок.

Закваска (опара) – это закваска, созревшая на основе стартера. Стартер – небольшое количество зрелой закваски, которая служит для выведения закваски (опары). Для этого стартер нужно смешать с водой и мукой, накрыть и оставить для созревания от нескольких до 8—12 часов и даже более. Время зависит от температуры в помещении, где будет происходить созревание закваски (опары), от подъёмной силы стартера, от наличия сквозняков в месте, где созревает закваска (опара), от рецептуры хлебобулочных изделий и пр.

Чем теплее в помещении, где созревает закваска (опара), тем быстрее закваска созреет, увеличится в объёме и достигнет своего наивысшего подъёма.

Закваска (опара) в соответствии с технологией хлебопечения используется как начальный состав для приготовления основного теста, поэтому и готовить её нужно до введения в основное тесто.

Закваску (опару) для приготовления теста нужно использовать на пике созревания (подъёма), можно даже, чуть раньше.

Пик созревания (подъём) закваски – это, когда закваска после кормления поднимается до своего наивысшего подъёма, а затем начинает опускаться. Вот этот момент важно не упустить. Если замесить тесто на опавшей закваске (опаре), то тесто и хлеб на такой закваске (опаре) будут кислыми.

Чтобы проверить, готово ли тесто, возьмите маленький шарик теста, скатайте его и растяните пальцами в небольшой участок. Если вам удастся растянуть участок теста до прозрачности и тесто не порвётся, значит вы хорошо вымесили тесто. В противном случае тесто нужно вымешивать дальше.

Расстойка

Расстойка имеет две основные фазы: предварительная расстойка и окончательная. Расстойку желательно проводить под неусыпным контролем. Лучше, если тесто не достоин, чем перестоит.

Предварительная расстойка

Предварительная расстойка – это время, на которое оставляют тесто в покое после его замеса, предварительно накрыв тесто, чтобы оно не заветривалось и не подсыхало. Предварительная расстойка теста на закваске длится обычно от 3 до 6 часов. Время зависит от температуры в помещении. Чем выше температура, тем быстрее пройдёт расстойка теста. За время расстойки объём теста увеличивается в 2—3 раза, формируется его структура, а вкус и аромат приобретают силу и глубину.

Обминка

Обминка – полезная процедура для теста. Цель: во-первых – сохранить газ, который образуется в тесте во время брожения, во-вторых – дать микроорганизмам теста кислород и перераспределить их по тесту, открывая им доступ к новым источникам питания.

Обминка – это перемешивание теста во время предварительной расстойки. Обминка нужна для укрепления клейковины теста. В результате обминок тесто становится более упругим и крепким, а выпеченный хлеб получается пышным и пористым.

Обязательно ли делать обминку?

– Не обязательно, но вполне можно, если хотите немного «взбодрить» тесто, ускорить процесс брожения, быстрее укрепить клейковину.

Когда необходимо делать обминку?

– Когда хотите стимулировать брожение теста. Обминка делается через 40—60 минут после начала брожения, когда тесто успело накопить какое-то количество микроорганизмов и подало первые признаки разрыхления. Для сдобы на закваске обминка делается через 2—3 часа после начала брожения.

– Когда быстрее хотите развить клейковину, укрепить каркас теста. Обминку делают 1—4 раза с интервалом 20—30 минут. Начинают складывать тесто спустя 20—30 минут после начала брожения.

Когда обязательно нужно делать обминку?

– Если вы слабо замесили тесто и хотите доразвить клейковину складываниями.

– Когда работаете с влажным тестом, хотите испечь хлеб а-ля Тартин.

Когда можно не делать обминку?

– Если замесили идеальное тесто, которое не нужно укреплять. В таком случае вы вполне можете не складывать тесто, а просто подождать, когда оно подойдет, чтоб приступить к делению и предварительной формовке.

Существует несколько видов обминок. Один из них – растягивание и складывание.

Как я растягиваю тесто и складываю.

Выкладываю тесто на рабочую поверхность, присыпанную мукой. Беру один край теста, максимально его вытягиваю и складываю к середине. И так – по кругу. В завершение тесто переворачиваю швом вниз и, похлопывая по бокам, придаю ему форму шара. Последнее действие необходимо для сглаживания неровностей на поверхности теста и создания, так называемой плёнки, которая будет препятствовать выходу газов из теста в процессе расстойки.

Обминку также можно делать прямо в миске по вышеуказанной технологии.

Ещё один способ обминки.

Выкладываем тесто на рабочую поверхность, немного присыпанную мукой, и растягиваем его в прямоугольник толщиной примерно 2,5 см. Загибаем одну треть теста к середине, затем загибаем другую треть теста и укладываем её поверх предыдущей. Поворачиваем тесто на 90 градусов и снова складываем в три слоя. Отправляем тесто обратно в миску, смазанную маслом.

И ещё способ обминки.

В миске или на рабочем столе поднимаем тесто в середине, оно под своим весом растягивается и складывается пополам. Повторяем несколько раз.

Формовка

После обминок и окончания предварительной расстойки можно приступать к формовке изделий.

Этот процесс напрямую влияет на то, как будет выглядеть готовое изделие.

Сформованное тесто называют заготовками. Заготовка – это полуфабрикат будущего хлебобулочного изделия до его выпечки.

Существует огромный выбор различных форм хлеба. Нужно лишь заранее определиться, какую форму вы хотите видеть в выпеченном изделии.

Способов формования теста много. Например, для формовки круглых и овальных хлебов можно приобрести корзинки для расстойки теста, которые используются именно для овальных и круглых хлебов.

Корзинки могут быть из натуральных прутьев, например, из лозы ротанга. Это идеальное приспособление для расстойки теста, так как небольшие промежутки между прутьями позволяют тесту получить больше воздуха, что благоприятствует быстрейшему подходу теста. Тесто в корзинках в процессе расстойки дышит и насыщается кислородом. Незаменимая вещь для тех, кто печёт хлеб.

Кроме того, расстойка в корзине из ротанга придаёт

необычную рифлёную поверхность готовому хлебу.

Можно расстаивать заготовки и непосредственно в формах для выпечки. Формы для выпечки хлеба могут быть из различных материалов (чугун, нержавейка, алюминий, керамика и пр.). Формы могут быть круглые, овальные, прямоугольные. Я часто в качестве формы для хлеба использую сковороду со съёмной ручкой, чугунную кастрюлю, казан, чугунный сотейник. Поэтому, если всё это есть в хозяйстве, не обязательно тратить деньги на приобретение специальных форм для хлеба. Тем более, что сейчас это всё недешёвое удовольствие.

Окончательная расстойка

Окончательная расстойка – это время, на которое тесто (заготовку) оставляют в покое во второй раз, после того, как ему придали ту форму будущего хлебобулочного изделия, которую хотят видеть в готовом продукте.

Оставляя тесто (заготовку) на расстойку, его всегда нужно накрывать плёнкой, полотенцем, крышкой и пр. Время окончательной расстойки может составлять примерно 1—2 часа. Но в прохладном помещении – возможно и более. За это время объём заготовки может увеличиться раза в 2.

После окончательной расстойки, тесто проверяют на готовность к выпечке. В своё время я нашла в социальных сетях такую информацию о готовности теста к выпечке: если после нажатия пальцем на поднявшееся тесто, ямка медленно, но выравнивается, то тесто готово к выпечке и его можно

ставить в духовку. Но, скажу откровенно, мне понадобилось немало времени, чтобы осмыслить и освоить это на практике.

Насечка

Насечка – это надрезы, наносимые на тесто ножом с тонким лезвием. Чаще всего насечки наносятся непосредственно перед выпечкой хлебобулочных изделий.

Надрезы при выпечке должны хорошо раскрываться и, тем самым, не должны давать тесту порваться.

Насечки выполняются при помощи лезвия или острого ножа. Глубина надрезов зависит от степени брожения заготовок: чем больше заготовки увеличились в объёме, тем менее глубокими должны быть надрезы.

Самые распространенные насечки – это насечки в виде креста, в виде квадрата, одна продольная насечка, две или несколько косых насечек.

Выпечка

С учётом некоторых особенностей хлебопечения, в домашних условиях можно с успехом испечь хлеб и в обычных духовках.

Можно приобрести для выпечки хлеба пекарский камень, или как его ещё называют, камень для пиццы. Пекарский камень обычно изготавливается из натурального шамота (огнеупорной глины).

Конечно, можно печь хлеб без пекарского камня. Я сама, когда начинала печь хлеб, не придавала значения пекарско-

му камню, думала, что это блажь для развлечения на кухне. И хлеб у меня всегда получался ароматным и вкусным. Я думала, что этот хлеб – само совершенство.

Но, когда я, всё-таки, приобрела камень (даже не знаю, что меня к этому побудило), я почувствовала разницу в выпечке сразу: хлеб вырос вверх, а не расползся по противню, равномерно покрылся золотистой корочкой, структура мякиша в выпеченном хлебе оказалась удивительно красивой и на вкус хлеб получился намного вкуснее. И сейчас камень у меня постоянно находится в духовке, я на нём выпекаю всё, и не только хлеб.

Несколько слов о планетарном миксере

В моих рецептах для замешивания теста я использую планетарный миксер. Но это совсем не значит, что все мои рецепты хлеба предназначены для замеса теста в миксере. Конечно же, если у вас нет миксера, то вы можете замешивать тесто ручным замесом. Главное помнить, что ручной замес по времени очень отличается от замеса в миксере. Если в миксере можно вымесить тесто до умеренной клейковины за 5—7 минут, то при ручном замесе на это может уйти до 30 и более минут.

Миксер существенно сокращает время для вымешивания теста и физически облегчает сам процесс вымешивания. На качество хлеба и его вкус процесс ручного замеса или вымешивания в миксере не влияет. Хлеб на закваске получается очень вкусным при любом замесе. Я это утверждаю, опи-

раясь на свой личный опыт. Хотя в интернете я часто встречаю мнение, что при ручном замесе хлеб получается вкуснее. Я даже не буду это оспаривать. Каждый должен решать сам, как ему удобнее вымешивать тесто и какой хлеб вкуснее – на ручном замесе или в миксере.

Как пользоваться миксером при замешивании теста?

Для замеса теста используется насадка «крюк». Сначала на низких скоростях обеспечивается перемешивание ингредиентов, а сам замес теста происходит на средней скорости. Замес происходит быстро, тесто получается очень пышным и светлым (за счёт активного воздействия на клейковину).

Вместе с тем нужно помнить, что не для всех видов муки полезен интенсивный замес. Например, такой замес ржаного хлеба ведёт к его ухудшению.

Закваска

Ржаная закваска «Вечная»



Закваска носит название «вечная» потому что, если использовать ее по специальной схеме, она действительно будет служить вечно.

В чистую баночку, можно пол-литровую или чуть больше, но не меньше, выкладываем 3 столовые ложки ржаной муки и от 3-х до 5-ти столовых ложек питьевой воды комнатной температуры. Всё хорошо перемешиваем. Должна получить-

ся смесь консистенции сметаны, чуть гуще или чуть жиже – это непринципиально. Баночку накрываем крышкой с отверстиями и оставляем на сутки. Желательно всё делать в одно и то же время.

Если в помещении тепло ($\approx 27^{\circ}\text{C}$), то через сутки у смеси должен начаться процесс брожения. Должны появиться пузырьки газа в небольшом количестве, смесь должна стать пористой с неприятным запахом. Если в помещении температура ниже 27°C , то время начала брожения может увеличиться до 3-х суток.

Добавляем в смесь 3 столовые ложки ржаной муки, добавляем воду от 3-х до 5-ти столовых ложек. Всё хорошо перемешиваем, воды должно быть столько, чтобы при перемешивании смесь достигла консистенции сметаны. Баночку накрываем и оставляем смесь для брожения еще на сутки.

Через двое суток после начала брожения количество пузырьков газа должно существенно увеличиться, смесь должна стать более светлой, более пышной из-за большого количества пузырьков газа. В аромате и на вкус смеси должны появиться нотки кислинки. Добавляем 3 столовые ложки ржаной муки и от 3-х до 5-ти столовых ложек питьевой воды, столько, чтобы при размешивании смесь приобрела консистенцию сметаны. Всё перемешиваем.

Баночку со смесью накрываем и оставляем смесь бродить ещё на одни сутки.

Через трое суток закваску перемешиваем. Далее заквас-

ку нужно покормить 3-мя столовыми ложками ржаной муки, чтобы привести ее в активное состояние. Добавляем в закваску от 3-х до 5-ти столовых ложек питьевой воды, всё хорошо перемешиваем, накрываем и оставляем на 3—8 часов или до удвоения-утроения закваски в объёме. Можно сделать пометку на имеющемся уровне закваски, чтобы увидеть, когда она удвоится или утроится в объёме.

Признаки готовой закваски:

1. Тесто вырастает в объёме в 3—4 раза после кормления, стоит некоторое время в высшей точке и затем опадает.
2. Через 4—8 часов после кормления закваска приятно пахнет.
3. Закваска плавает в воде и не тонет.

Если по прошествии 3-х дней ваша закваска не имеет признаков готовой закваски, значит она ещё не готова и нужно продолжать вести ее ещё несколько дней до тех пор, пока эти признаки не появятся.

Такое быстрое созревание закваски (трое суток) возможно лишь при условии, что в помещении, где будет созревать закваска, температура будет держаться примерно 27—28°C. При более низкой температуре время для созревания закваски может увеличиться до 7—9 дней.

Далее 2/3 от объёма закваски мы используем для замешивания теста для хлеба, 1/3 часть убираем в холодильник на хранение. Перед следующим использованием достаём за-

кваску из холодильника, даём ей немного времени, чтобы она приняла температуру помещения, кормим её мукой и водой, перемешиваем и ставим в тёплое место. Когда закваска удвоится или утроится в объёме, примерно за 3—8 часов, $\frac{2}{3}$ от ее объёма будем использовать для теста, $\frac{1}{3}$ часть убираем в холодильник на хранение. И так до бесконечности, поэтому и такое название у закваски «вечная».

Пшеничная закваска



Этот способ требует только наличия двух ингредиентов – муки и воды.

Чтобы эта закваска получилась необходимо соблюсти три обязательных условия.

Температура в помещении за все время выведения закваски должна быть не ниже 20°C.

Начинать выведение закваски необходимо на цельнозерновой пшеничной муке, так как в ней содержится большое количество микроорганизмов и минеральных солей.

И третье условие: использовать только фильтрованную или отстоянную воду комнатной температуры.

1 – й день:

Смешиваем 25 г пшеничной цельнозерновой муки и 25 мл воды.

Размешиваем, накрываем крышкой и оставляем на сутки.

2 – й день:

Перемешиваем. Добавляем 50 г цельнозерновой пшеничной муки и 50 мл воды. Размешиваем, накрываем крышкой и оставляем еще на сутки.

3 – й день:

Перемешиваем. Оставляем 25 г мучной смеси, остальное выбрасываем. Добавляем 25 г пшеничной муки высшего сорта и 25 мл воды. Размешиваем, накрываем крышкой и оставляем на сутки.

4 – й день:

Как предыдущий день.

5 – й день:

Как предыдущий день.

В большинстве случаев, спустя 5 дней закваска будет готова.

Отличительным признаком готовности закваски является наличие приятного запаха (возможно с легким кисловатым оттенком) и сладковатый вкус.

Часть закваски освежается и может быть убрана в шкаф или в холодильник до следующего кормления, из другой части закваски можно готовить опару для будущего хлеба.

Если закваска хранится в шкафу или на рабочем столе, то

кормить её нужно ежедневно 1 раз в сутки, а в жаркие дни — 2 раза в сутки (утром и вечером). Если закваска хранится в холодильнике, то кормить её нужно не реже, чем 1 раз в 3—4 дня.

Если, спустя 5 дней у закваски отсутствует признак готовности, то рекомендуется продолжить выведение закваски в прежнем режиме еще дня 2—3.

Если за эти 2—3 дня ничего не изменится, значит закваска не получилась. Не нужно расстраиваться, а попытаться вывести закваску заново.

В дальнейшем, чтобы закваска окрепла, набралась сил, чтобы в ней накопилось как можно больше молочнокислых бактерий и дрожжей, её желательно освежать ещё несколько дней дважды в день: утром и вечером.

Освежать закваску можно по следующей схеме: оставлять 10 г закваски добавлять по 20 мл воды и 20 г пшеничной муки высшего сорта. А через несколько дней, когда закваска окрепнет можно перейти на кормление закваски 1 раз в сутки по той же схеме.

Лишнюю закваску можно собирать в отдельную небольшую ёмкость и хранить в холодильнике. А потом использовать для выпечки блинов, оладий. Но долго хранить эту закваску в холодильнике не рекомендуется, так как она может быстро прокиснуть и испортиться.

Тесто

Универсальное базовое тесто на закваске для хлеба, булочек, пирогов, пирожков и прочей выпечки

Это рецепт теста базовый, который можно разнообразить по своему вкусу и по своим фантазиям. Из него можно печь и хлеб, и булочки, и пироги, и пирожки, и много ещё чего другого.



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для закваски (опары):

2 ст. л. закваски 100% влажности, находящейся на хранении (стартер),
100 г пшеничной муки высшего или 1 сорта,
100 мл воды.

Для теста:

200 г закваски (опары),
400 мл воды или молока,
80 г растительного масла (можно заменить на размягченное сливочное масло),
80 г сахара или по вкусу,
2 яйца,
950 г пшеничной муки высшего или 1 сорта,
1 ч. л. с верхом соли.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Закваска (опара)

В ёмкость, где будет созревать закваска (опара), выкладываем стартер. Добавляем воду. Высыпаем муку. Перемешиваем.

Накрываем пищевой плёнкой и оставляем для созревания до 8—12 часов. За это время закваска (опара) должна увеличиться в объёме раза в 2—3, стать пористой, с многочисленными пузырьками газа, находиться на пике своего созре-

вания и иметь приятный йогуртовый аромат.



Тесто. Расстойка

В дежу тестомеса (миксера), если будете замешивать тесто в тестомесе (миксере), или в большую миску, если будете замешивать тесто вручную, выкладываем закваску (опару), добавляем воду или молоко, всё перемешиваем, чтобы проверить насколько хорошо держится закваска (опара) на поверхности жидкости и, если опара не тонет, прекрасно плавает на поверхности жидкости, то это значит, что тесто хорошо поднимется и выпечка получится пышной, пористой.



Далее добавляем растительное масло, растительное масло можно заменить на размягченное сливочное в таком же объёме, добавляем сахар по своему вкусу, например, если у вас запланирована сладкая выпечка, сахара добавляйте больше и наоборот.

Добавляем яйца, можно без яиц, но с яйцами тесто получается более сдобным и более вкусным. Если яйца не добавлять, нужно увеличить жидкость на объём яиц.



Выкладываем просеянную пшеничную муку высшего сорта или 1 сорта, добавляем соль и замешиваем тесто.

Замешиваем тесто в тестомесе (миксере) на небольшой скорости, а затем без перерыва завершаем замес теста на средней скорости. В процессе замешивания, при необходимости, корректируем гидратацию.

При ручном замесе теста времени потребуется несколько больше, чем при замешивании в тестомесе (миксере).

Вымешанное тесто по этому рецепту получается мягким, липковатым, при этом однородным, хорошо растяжимым и с развитой клейковиной.



Выкладываем тесто в миску, где оно будет расстаиваться. Миску предварительно смазываем небольшим количеством масла. С помощью силиконовой лопатки сглаживаем поверхность теста, миску с тестом накрываем и оставляем на расстойке часа на 4—5.



За время расстойки тесто должно увеличиться в объёме
раза в 3.



Выкладываем тесто на рабочую поверхность, присыпан-

ную мукой.

С помощью скребка собираем края теста к середине.

При необходимости, если тесто чересчур липковатое, используем для его подмешивания немного муки. Постарайтесь не забивать тесто мукой так как, чем тесто мягче, тем пышнее будет выпечка из него.



Тесто округляем.



Так как теста по этому рецепту получается более 1,5 килограмм, для удобства делим его пополам.

Часть теста используем на пирожки и булочки со сладкой или несладкой начинкой, а из другой части теста можно выпечь формовой хлеб.

Выпечка из этого теста получается нежной, мягкой и не теряет свою пышность и на следующий день.



Безопарное ночное тесто на закваске

Выпечка из такого теста получается не хуже, чем из теста на закваске опарным способом, а время приготовления хлеба значительно сократится, поскольку весь процесс созревания теста приходится на ночное время.



ИНГРЕДИЕНТЫ:

320 мл воды,
20—30 г растительного масла,
600 г пшеничной муки высшего или 1 сорта,
1 ч. л. с горкой соли.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

В дежу тестомеса (миксера), если будете замешивать тесто в тестомесе (миксере), или в большую миску, если будете замешивать тесто вручную, выкладываем стартер.



Добавляем воду, выкладываем просеянную пшеничную муку. Соль и растительное масло на этом этапе не выкладываем.

Замешиваем тесто на небольшой скорости тестомеса (миксера) до грубого перемешивания ингредиентов. При необходимости корректируем гидратацию. Накрываем дежу или миску плёнкой и оставляем тесто в покое на 20—60 минут для протекания фазы автолиза (аутолиза). В конце авто-

лиза (аутолиза) посыпаем поверхность теста солью, добавляем растительное масло и завершаем замес теста на средней скорости тестомеса (миксера).

При ручном замесе теста времени потребуется несколько больше, чем при замешивании в тестомесе (миксере).

Если пропускаете фазу аутолиза, то перемешивайте все ингредиенты сразу, включая в том числе соль и растительное масло, на небольшой скорости тестомеса (миксера), а затем без перерыва завершите замес теста на средней скорости.

Тесто получается достаточно мягкое, но к рукам липнуть не должно.



Выкладываем тесто в миску, немного смазанную растительным маслом.



Сверху тесто смазываем маслом, чтобы оно сохраняло влагу в процессе расстойки, так как тесто будет расстаиваться всю ночь.



Миску с тестом накрываем и оставляем на расстойке минимум на 8 часов.



За это время тесто должно хорошо подойти, увеличиться в объёме раза в 3.



Выкладываем тесто на рабочую поверхность, присыпанную мукой. Собираем края теста к середине.



Затем тесто округляем.

Тесто готово, применяем его по назначению.

Тесто получается очень приятным на ощупь, мягкое, эластичное. Такое тесто прекрасно подходит не только для хлеба, но и для пирогов, и для пиццы, и для другой аналогичной выпечки

Изумительное тесто на закваске с добавлением картофельного пюре и жареного лука. И выпеченные вкусности из этого теста

Тесто на самом деле изумительное. Оно такое воздушное, мягкое, лёгкое, пушистое. Работать с ним – одно удовольствие! Можно испечь и пирожки, и хлеб, и пиццу, и расстегаи. И всё это такое вкусное, просто слов нет, чтобы описать! Да что говорить, сами попробуйте!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для закваски (опары):

2 ст. л. закваски 100% влажности, находящейся на хранении (стартер),
100 г пшеничной муки высшего или 1 сорта,
100 мл воды.

Для теста:

вся закваска (опара),
320 мл воды,
70 мл растительного масла,
1 ч. л. соли,
800 г пшеничной муки высшего или 1 сорта,
400 – 500 г картофельного пюре с жареным луком.

Для начинки пирожков:

картофельное пюре с жареным луком по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Закваска (опара)

В ёмкость, где будет созревать закваска (опара), выкладываем стартер. Добавляем воду. Высыпаем муку. Перемешиваем.

Накрываем пищевой плёнкой и оставляем для созревания до 8—12 часов. За это время закваска (опара) должна увеличиться в объёме раза в 2—3, стать пористой, с многочис-

ленными пузырьками газа, находиться на пике своего созревания и иметь приятный йогуртовый аромат.

Тесто. Предварительная расстойка



В дежу тестомеса (миксера) выкладываем закваску (опару).



Добавляем воду, добавляем соль, растительное масло, выкладываем просеянную пшеничную муку, выкладываем картофельное пюре с жареным луком.

Замешивать это тесто можно также и вручную. Вручную тесто вымешивается несколько дольше.

Тесто должно получиться мягким и липковатым.

Вымешанное тесто выкладываем на рабочую поверхность, присыпанную мукой.



Собирая края теста к середине, тесто округляем и затем выкладываем в миску, смазанную растительным маслом.

Миску с тестом накрываем, чтобы тесто не заветривалось и оставляем на расстойке на 4 часа.

В середине расстойки делаем тесту одну обминку. Обминку делаем методом растягивания теста и складывания. Берём тесто за один край, растягиваем его и складываем к середине или к противоположной стороне. И так – по кругу.

По окончании обминки тесто нужно обязательно перевернуть на другую сторону. Это делается для того, чтобы газ, накапливающийся в тесте, не группировался в одном месте. Далее округляем тесто и одновременно выравниваем его поверхность.

Накрываем тесто и оставляем на расстойке на оставшееся время. За время расстойки тесто должно увеличиться в объеме раза в 3.



Формовка. Предварительная расстойка. Выпечка

Выкладываем тесто на рабочую поверхность, присыпанную мукой. За время расстойки тесто должно стать более мягким, более липким. Это нормально, это за счёт картофельного пюре. При необходимости можно тесто подкорректировать небольшим количеством муки. Главное – не забить тесто мукой.



Собираем тесто в колобок. Делим тесто примерно на 2 равные части.



Из одной части теста будем печь круглый хлеб. Для этого тесто округляем, придавая ему форму шара, и выкладываем в круглую форму для выпечки, смазанную маслом.

Форму с тестом накрываем и оставляем на расстойке на 3—4 часа или до утروения теста в объёме.

После расстойки выпекаем хлеб в хорошо разогретой духовке до 200°C . Первые 50 минут выпекаем хлеб под крышкой. Затем крышку снимаем и выпекаем ещё 10 минут без крышки.



Хлеб освобождаем от формы, выкладываем на решётку и оставляем на решётке до полного остывания.



Хлеб получается с очень красивым среднепористым мя-

кишем, тонкой хрустящей корочкой и очень вкусный.

Из второй части теста формуем пирожки с начинкой из картофельного пюре.



Делим тесто на 16 кусочков и каждый кусочек скатываем в шарик.



Каждый шарик расплющиваем в лепёшку, в середину лепёшки кладём начинку и далее лепим пирожок в форме лодочки.

Укладываем заготовки пирожков на противень, покрытый пергаментом, либо швом вверх, либо швом вниз, кому как нравится.

Заготовки накрываем и оставляем на расстойке на 1 час.

Перед выпечкой смазываем заготовки желтком, разбавленным небольшим количеством воды.



Выпекаем пирожки в хорошо разогретой духовке до 200°С минут 25. Лучше ориентироваться на свои духовки.

Остужаем пирожки на противне, где они выпекались, а затем выкладываем на блюдо либо в корзинку.



Тесто на пшеничной закваске для несладкой выпечки

Из этого теста можно выпекать и хлеб, и пироги с различными несладкими начинками. Выпечка получается пышной, пористой и очень вкусной.



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для закваски (опары):

50 г пшеничного стартера 100% влажности (закваска, находящаяся на хранении),

200 мл воды,

200 г белой пшеничной муки.

Для теста:

вся закваска (опара),

600 г белой пшеничной муки,

200 г цельнозерновой пшеничной муки,

370 мл воды,

40 г оливкового масла (можно заменить на любое растительное),

1 ст. л. тростникового или белого сахара,

1 ч. л. соли.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Закваска (опара)

В ёмкость, где будет созревать закваска (опара), выкладываем стартер. Предварительно освежать стартер не обязательно. Добавляем воду. Перемешиваем. Высыпаем просеянную пшеничную муку. Опять перемешиваем.

Накрываем пищевой плёнкой и оставляем для созревания до 8—12 часов. За это время закваска (опара) должна увеличиться в объёме раза в 3, находиться на пике своего созревания, покрыться многочисленными пузырьками газа.

Тесто. Расстойка

Добавляем в закваску (опару) воду комнатной температуры, либо охлажденную кипяченную, либо сырую фильтрованную. Перемешиваем закваску (опару) с водой.

В дежу тестомеса (миксера) выкладываем закваску (опа-

ру), разведённую водой, добавляем соль, добавляем сахар, добавляем любое растительное масло. Хлеб будет вкуснее, если добавить нерафинированное масло. Добавляем просеянную пшеничную муку высшего сорта и пшеничную цельнозерновую.

Вымешиваем тесто в тестомесе (миксере) минут 5 на средней скорости.

Это тесто легко замесить и вручную. Если вымешивать вручную, то время для замеса нужно увеличить раза в 3.

Правильно вымешанное тесто должно быть однородным и эластичным, мягким, но при этом не липнуть к рукам.

Тесто округляем, не обязательно для этого выкладывать тесто на рабочую поверхность, можно это делать прямо на весу, и помещаем в миску, смазанную растительным маслом.



Накрываем тесто, чтобы оно не заветривалось и оставляем на расстойке примерно на 3—4 часа.



В середине расстойки делаем тесту 1 обминку. Обминку

делаем методом растягивания теста и складывания. Берем тесто за один край, растягиваем его и складываем к середине или к противоположной стороне. И так – по кругу.

По окончании обминки тесто нужно обязательно перевернуть на другую сторону. Это делается для того, чтобы газ, накапливающийся в тесте, не группировался в одном месте. Далее округляем тесто и одновременно выравниваем его поверхность.

Накрываем тесто и оставляем на расстойке на оставшееся время.



За время расстойки тесто должно увеличиться в объеме раза в 3.



Выкладываем тесто на рабочую поверхность, присыпанную мукой, собираем края теста к середине, переворачиваем тесто гладкой стороной вверх, придаём тесту форму шара, накрываем и оставляем для отдыха минут на 15—20.



Тесто готово!

Можно выпекать из этого теста хлеб, можно пироги, можно пиццу. Да всё, что угодно, на что способна ваша фантазия.

Хлеб с добавлением ржаной муки

Домашний серый хлеб на закваске

Самый лучший домашний запах – это запах пекущегося хлеба! Разве можно удержаться от соблазна и не попробовать хлеб, еще горячим, только что из духовки?!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для закваски (опары):

1 ст. л. закваски 100% влажности, находящейся

на хранении (стартер),
100 г пшеничной муки высшего или 1 сорта,
100 мл воды.

Для теста:

вся закваска (опара),
300 г пшеничной муки высшего или 1 сорта,
200 г ржаной муки,
400 мл воды,
8 г соли,
8 г сахара,
40 г растительного масла.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Закваска (опара)

В ёмкость, где будет созревать закваска (опара), выкладываем стартер. Добавляем воду. Высыпаем муку. Перемешиваем.

Накрываем пищевой плёнкой и оставляем для созревания до 8—12 часов. За это время закваска (опара) должна увеличиться в объёме раза в 2—3, стать пористой, с многочисленными пузырьками газа, находиться на пике своего созревания и иметь приятный йогуртовый аромат.



Тесто. Предварительная расстойка

В дежу тестомеса (миксера), если будете замешивать тесто в тестомесе (миксере), или в большую миску, если будете замешивать тесто вручную, выкладываем закваску (опару), добавляем воду.



Проверяем как закваска держится на воде. Если держится на поверхности, не тонет, значит хорошо поднимет тесто.

Добавляем сахар, растительное масло, выкладываем просеянную пшеничную муку, затем ржаную, добавляем соль.



Тесто по этому рецепту получается достаточно жидким. Вымешивать долго его не нужно, как только увидели, что смесь стала однородной, сразу можно замешивание прекращать.



Выкладываем тесто в миску, где оно будет расстаиваться, либо оставляем его в той же посуде, в которой тесто замешивали. По возможности выравниваем поверхность теста, можно это сделать руками смазанными растительным маслом либо при помощи лопатки.

Миску с тестом накрываем и оставляем на расстойке на 2—3 часа.

За время расстойки тесто должно утроиться в объёме.



Формовка. Окончательная расстойка



Выкладываем тесто в форму для выпечки. Это может быть

и круглая форма, и квадратная, и прямоугольная, либо специальная форма для выпечки хлеба. Форму предварительно хорошо промазываем маслом.



Выравниваем поверхность теста и, после того как выровняли поверхность теста, форму накрываем и оставляем на расстойке на 1—1,5 часа. Во время расстойки следим, чтобы тесто заняло весь объём формы.

Выпечка

Отправляем заготовку на выпечку в хорошо разогретую духовку до 200°С примерно на 1 час. Лучше ориентироваться на свои духовки.

Выпеченный хлеб остужаем на решётке.



Невероятный чудный Овернский хлеб на закваске

Попробовав один раз, уже никогда не забудешь вкус этого хлеба.

Рецепт хлеба появился на свет благодаря французскому пекарю Пьеру Нури из французского региона Овернь. Отсюда и такое название хлеба. Огромное спасибо ему за этот хлеб!

Овернский хлеб прекрасен. Хрустящая корочка, воздушный дырчатый мякиш, элегантная кислинка, аромат, вкус. Хлеб легко приготовить и больше никогда не захочется идти в магазин за хлебом. Попробуйте и УДАЧИ вам!



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для густой закваски (опары):

30 г закваски 100% влажности, находящейся на хранении (стартер),
60 г пшеничной муки,
5 г цельнозерновой пшеничной муки,
30 мл воды.

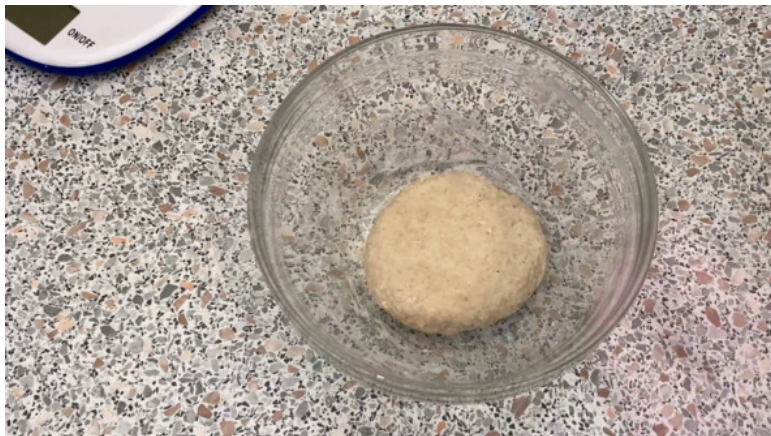
Для теста:

125 г густой закваски (опары),
450 г пшеничной муки (высшего, первого, второго сорта),
50 г ржаной муки,
10 г соли,

400 мл воды.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Густая закваска (опара)



В ёмкость, где будет созревать закваска (опара), выкладываем стартёр. Добавляем воду, пшеничную муку высшего, первого либо второго сорта, пшеничную цельнозерновую муку. Замешиваем достаточно густое тесто. Это уже и есть густая закваска (опара), только ещё не созревшая.

Выкладываем тесто в миску, накрываем миску пищевой плёнкой и оставляем для созревания часов на 10.

За это время густая закваска (опара) должна увеличиться в объёме раза в 3, стать пористой, воздушной.



Тесто. Предварительная расстойка



В дежу тестомеса (миксера), если будете замешивать тесто в тестомесе (миксере), или в большую миску, если будете замешивать тесто вручную, выкладываем густую закваску (опару), добавляем воду, добавляем просеянную пшеничную муку, добавляем ржаную цельнозерновую муку. Перемешиваем тесто без соли.

Перемешанное тесто накрываем и оставляем для аутолиза (автолиза) минут на 30—40, можно оставлять от 20-ти минут до часа.



Далее добавляем в тесто соль и продолжаем замес до тех пор, пока соль полностью не соединится с тестом.

Вымешанное тесто выкладываем в миску, миску предва-

рительно смазываем растительным маслом в небольшом количестве.



С помощью скребка выравниваем поверхность теста, можно это делать и вручную.

Оставляем тесто на расстойке на 3 часа.

За время расстойки через каждый час сделаем 2-е обминки тесту методом растягивания и складывания.

Прямо в миске берём один край теста, максимально его вытягиваем и складываем к середине. И так – по кругу. В завершение тесто переворачиваем швом вниз и, похлопывая по бокам, придаём ему форму шара. Последнее действие необходимо для сглаживания неровностей на поверхности теста и создания, так называемой плёнки, которая будет пре-

пятствовать выходу газа из теста в процессе расстойки.

После обминок отправляем тесто на расстойку в холодильник. В холодильнике тесто будем расстаивать от 12-ти до 24-х часов, выбирайте время какое вам удобно.

За время расстойки тесто должно существенно увеличиться в объёме.

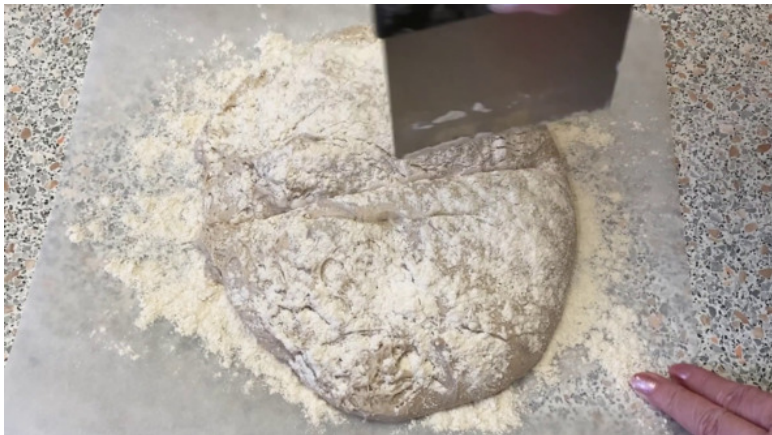


Формовка. Окончательная расстойка



После холодильника даём тесту постоять часа два при комнатной температуре. За это время тесто ещё больше увеличится в объёме.

Силиконизированный пергамент достаточно щедро при- сыпаем мукой. Далее выкладываем тесто на пергамент. Сде- лать это нужно очень аккуратно так, чтобы тесто не потеря- ло форму.



Обильно посыпаем тесто мукой и делим его пополам.



Каждую половину теста переворачиваем разрезом вверх.
Кисточкой смахиваем лишнюю муку с пергамента.

Перетягиваем пергамент с заготовками на пекарскую лопату или плоскую доску и вместе с пергаментом выкладываем заготовки на противень или пекарский камень.



Выпечка

Выпекаем хлеб в разогретой духовке до 220—230°C 25—30 минут. Режим выпечки «вверх-низ», без конвекции, в середине духовки.

На низ духовки ставим ёмкость с кипящей водой для создания пара.

Выпекаем хлеб с паром до окончания выпечки. Если в процессе выпечки в ёмкости закончится вода, добавляем её.



Остужаем хлеб на решётке.

Рецептов овернского хлеба несколько, это самый распространенный. Со стороны может показаться, что все это сложно, долго, но если вдуматься, то чистого времени на процесс приготовления этого хлеба уходит совсем немного.

Очень полезный хлеб на закваске. Для похудения, для здоровья, для хорошего самочувствия

Хлеб из нескольких видов муки с пшеничными отрубями. Что может быть ещё полезнее? Мякиш упругий, пористый, а вкус и аромат просто сказочные.



ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для закваски (опары):

2 ст. л. закваски 100% влажности, находящейся

на хранении (стартер),
100 г пшеничной муки высшего или 1 сорта,
100 мл воды.

Для теста:

вся закваска (опара),
200 г пшеничной цельнозерновой муки,
200 г ржаной цельнозерновой муки,
200 г пшеничной муки 1 сорта,
60 г пшеничных очищенных отрубей,
20 г солода ржаного сухого неферментированного,
20 г солода ржаного сухого ферментированного,
420 мл воды,
1 ст. л. соли,
30—40 г растительного масла.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Закваска (опара)

В ёмкость, где будет созревать закваска (опара), выкладываем стартер. Добавляем воду. Высыпаем муку. Перемешиваем.

Накрываем пищевой плёнкой и оставляем для созревания до 8—12 часов. За это время закваска (опара) должна увеличиться в объёме раза в 2—3, стать пористой, с многочисленными пузырьками газа, находиться на пике своего созревания и иметь приятный йогуртовый аромат.

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.