

Vanjini recepti za izradu domaćeg kvasca, pretvaranje raženog kvasca u čvrsti bijeli, bijeli kruh s bijelim kvascem, te pletenicu s krem sirom i borovnicama.

Izrada domaćeg kvasca (startera) za kruh

Starter ili domaći kvasac (negdje ćete naći termine poput prirodnog kvasca, kvasa, kiselog tijesta, sourdough startera...) je mješavina brašna i vode koja je fermentirala i koju koristite kao sredstvo za dizanje tijesta. Najbolje je započeti izradu s raženim brašnom i sto posto hidriranim kvascem, a potom ga pretvoriti u čvrsti bijeli kvasac s upola manje hidracije koji možete koristiti i za kruh, ali i za slatka dizana tijesta jer ima manje izraženu kiselinu.

Izrada traje otprilike 14 dana.

Pribor i materijal koji će vam biti potreban za izradu domaćeg, raženog kvasca:

1. raženo brašno (nabavite dovoljnu količinu jer za uspostavu koristimo uvijek isto brašno)
2. voda (može i obična iz pipe, a ako je klorirana, neka odstoji 24 sata)
3. dvije staklenke s poklopcem
4. spatula za miješanje (plastična, drvena, silikonska, sve je bolje nego metalna)
4. vaga jer sve ide u gramima
5. elastične gumice za označavanje razine startera

Opcionalno: digitalni termometar za hranu ako želite mjeriti temperaturu vode.

Dan 1: uspostava domaćeg kvasca

U čistu staklenku stavite 30 g raženog brašna. Dodajte 30 g vode koja je odstajala (najbolje sobne temperature, ne preko 28 stupnjeva). Sve dobro promiješajte spatulom i pazite da nema suhih dijelova brašna. Rubove staklenke očistite. Stavite poklopac da bude labavo, nikako čvrsto. Možete označiti gumicom, ali u ovoj fazi još nije bitno. Staklenku stavite na suho mjesto, najbolje negdje u kuhinji gdje se priprema hrana i da vidite što se događa. To je to, nadajmo se da smo uspostavili koloniju kvasaca. Idući korak slijedi za 24 odnosno 72 sata.

Dan 2:

Samo provjerite smjesu, promotrite jesu li se počeli stvarati mjehurići i je li promijenila miris. Ništa ne miješajte i budite strpljivi. Uskoro slijede idući koraci.

Dan 3: hranjenje kvasca

Sada su se dogodile neke promjene u smjesi i možete primijetiti mjehuriće. To je znak da je vrijeme za sljedeći korak. U čistu staklenku stavite 30 g tog kvasca, 30 g vode i 30 g raženog brašna. Dobro promiješajte, provjerite da nema suhih ostataka brašna i poklopite staklenku. Ostavite da stoji negdje u kuhinji. Ostatak kvasca bacite, ali nikako u odvod! Može u

komposter ili jednostavno u ubrus pa u otpad. U ovoj fazi taj višak bacamo jer još nije uspostavljena kolonija dobrih bakterija i kvasaca.

Dan 4, 5, 6, 7 : hranjenje kvasca (nakon 24 sata)

Danas i idućih par dana ponavljamo jučerašnji korak.

U čistu staklenku stavite 30 g kvasca, 30 g vode i 30 g raženog brašna. Dobro promiješajte, poklopite i ostavite u kuhinji. Ostatak kvasca kompostirajte ili bacite. Ovaj korak ćemo ponavljati idućih nekoliko dana. Kvasac neće biti jako aktivan i pomislit ćete da je nešto pošlo po zlu, no ne odustajte. U ovoj fazi (naročito od petog do sedmog dana je to normalno). Ukoliko osjetite oštar miris koji vas podsjeća na aceton, to je znak da je kvasac gladan i da ga treba hraniti.

Dan 8: hranjenje kvasca

I danas ponavljamo jučerašnji korak. Promiješajte kvasac pa u čistu staklenku stavite 30 g kvasca, 30 g vode i 30 g raženog brašna. Dobro promiješajte, poklopite i ostavite u kuhinji. Ostatak kvasca kompostirajte ili bacite. Kvasac postaje aktivan i ima onaj karakterističan kiselkasti miris, a ako osjetite alkoholni miris, to samo znači da je kvasac gladan. Sada promatrajte vrijeme i koliko mu treba da se udvostruči. Zabilježite najvišu razinu drugom gumicom.

Dan 9: imamo kvasac! Ojačavanje kvasca:

Danas ponavljamo jučerašnji korak, ali nakon 12 sati, a ne kao do sada svakih 24 sata. Promiješajte kvasac pa u čistu staklenku stavite 30 g kvasca, 30 g vode i 30 g raženog brašna. Dobro promiješajte, poklopite i ostavite u kuhinji. Ostatak kvasca možete upotrijebiti u smjesi za palačinke, popečke ili slično. Kvasac je aktivan i ima onaj karakterističan kiselkasti miris, opet, ako osjetite alkoholni miris, to samo znači da je kvasac gladan pa ćemo ga dva do tri dana hraniti dva puta dnevno da ojača. Promatrajte vrijeme i koliko mu treba da se udvostruči. Zabilježite najvišu razinu drugom gumicom.

Dan 10: imamo kvasac! Ojačavanje kvasca, drugo hranjenje.

Ponavljamo jutrošnji korak nakon 12 sati. Promiješajte kvasac pa u čistu staklenku stavite 30 g kvasca, 30 g vode i 30 g raženog brašna. Dobro promiješajte, poklopite i ostavite u kuhinji kao i do sada. Već se ustabilio po pitanju rasta pa se nakon nekih 5 sati udvostruči. Svoj kvasac sada možete koristiti pri izradi kruha. Ako nećete još raditi kruh, kada kvasac naraste, spremite ga u hladnjak i nahranite svakih par dana (kada još sazrije, može i svakih 7 dana).

Pretvaranje raženog kvasca u čvrsti bijeli:

Dan 1:

U čistu posudu stavite 20 g aktivnog raženog startera (onog koji ima mjehuriće), dodajte mu 50 g vode, 100 g pšeničnog bijelog brašna (koristim ili ono za dizana tijesta ili 00) te 3 g domaćeg meda (nikako više od toga).

Umijesite kuglu tijesta i stavite u veću staklenku pa poklopite (prislonite poklopac, nemojte zatezati). Ostavite na toplom mjestu u kuhinji.

Dan 2:

U čistu posudu stavite 50 g bijelog startera (onog koji ste umijesili dan prije i koji ima mjehuriće), dodajte mu 40 g vode, 100 g pšeničnog bijelog brašna (koristim ili ono za dizana tijesta ili 00) te 3 g domaćeg meda (nikako više od toga).

Umijesite kuglu tijesta i stavite u veću staklenku pa poklopite. Ostavite na toplom mjestu u kuhinji.

Dan 3:

Danas ne radimo ništa, ostavite kvasac da stoji na kuhinjskom pultu.

Dan 4:

U čistu posudu stavite 50 g bijelog startera, dodajte mu 40 g vode, 100 g pšeničnog bijelog brašna te 3 g domaćeg meda.

Umijesite kuglu tijesta i stavite u veću staklenku pa poklopite. Ostavite na toplom mjestu u kuhinji.

I to je to, sutra ga već možete koristiti ili ga spremite u hladnjak pa održavajte povremenim hranjenjem brašnom i vodom (bez meda). Svoj kvasac držim u plastičnoj posudi s poklopcem. Kada želim umijesiti tijesto, izvažem potrebnu količinu i ostatak spremim u hladnjak. Kada mi ostane nekih 100 g kvasca, opet ga nahranim na sljedeći način:

HRANJENJE:

100 g startera

100 g vode

200 g brašna

ili

100 g startera

50 g vode

100 g brašna

Naravno, količinu startera koji čuvate prilagodite svojim potrebama. Najoptimalnije je kada se osvježava svakih 3 do 4 dana.

Bijeli kruh s bijelim kvascem:

- 400 g brašna (200 g pšenično bijelo iz mlina, 100 g čakovečko za dizana tijesta, 100 g manitoba)
- 295 g vode
- 80 g čvrstog kvasca
- 9 g soli
- 1 žličica goranskog meda

Najprije pomiješajte brašno i vodu i pokriveno ostavite da stoji sat vremena (tu se brašno otapa u vodi i autoliza oslobađa hranu za kvasce).

Nakon sat vremena dodajte čvrsti bijeli kvas i opet pokrijte da stoji nekih 20 min.

Na kraju umijesite sol i med te mijesite nekih 10 min.

Pokrijte i ostavite 30 min do sat vremena. Napravite prvo rastezanje tako da namočite ruku vodom pa uhvatite rub tijesta i povučete ga u vis, a zatim ga preklopite. Zarotirajte zdjelu i ponavljajte isto dok tijesto ne počne pružati otpor. Isti postupak se ponavlja još 2 puta svakih 30 do 40 min.

Nakon rastezanja radite preklapanje tako da mokrim rukama odignete tijesto od posude i lagano ga spustite i tako 3 puta u razmaku od nekih 30 min. Ta rastezanja i preklapanja stvaraju glutensku mrežu pa kruh ima formu i zarobljen zrak unutar kruha.

Dizanje tijesta počinje od trenutka stavljanja kvasa i ovisno o temperaturi prostorije, može trajati od par sati pa do 8 ili 10 sati.

Kada vidite da je spremno, dignuto nekih 50% do 70% i puno mjehurića, oblikujte tijesto u štrucu. To radite na lagano pobrašnjenom podlozi tako da pustite tijesto iz zdjele da samo ispadne na podlogu, umotate ga poput zavežljaja, par puta dlanovima zarotirate da se stvori površinska tenzija i pospite površinu s malo brašna. Zatim ga spremite u košaricu (stavim platnenu krpu koju pobrašnim), umotajte u vrećicu ili kapu za tuširanje i spremite na noćenje u hladnjak da fermentira. Hladna fermentacija može trajati od samo par sati pa do 24 ili 48 sati. Što dulje fermentira, okus je bogatiji.

Prije samog pečenja, potrebno je zagrijati pećnicu i posudu za pečenje. Koristim željeznu posudu s poklopcem pa sve stavim u pećnicu i zagrijem na 250 stupnjeva otprilike 45 min. Kruh iz hladnjaka odmah može na pečenje. Prevrnite ga na papir za pečenje, zarezite i stavite peći (poklopljen). Tako se peče 25 do 30 min. Skinite poklopac i pecite kruh na 230 stupnjeva još 15 do 20 min.

Na isti način možete napraviti kruh od različitih vrsta brašna, s dodatkom sjemenki ili vodu zamijeniti pivom ili sirutkom.

Pletenica s krem sirom i borovnicama

Za tangzhong:

- 100 g mlijeka
- 20 g pšeničnog glatkog brašna

Skuhati poput pudinga, prekriti prozirnom folijom da se ne stvori korica i ohladiti na sobnoj temperaturi.

Za tijesto:

- 400 g glatkog pšeničnog brašna (plus još 50 ukoliko je potrebno)
- 60 g šećera
- 1 vanilin šećer
- 1/2 žličice soli
- 100 g čvrstog bijelog startera
- 230 ml mlijeka
- 2 žumanjka
- 60 g omekšalog maslaca
- naribana limunova korica

Za nadjev od sira:

- 200 g krem ili mekog sira
- 50 g šećera u prahu

Za nadjev od voća:

- 200 g borovnica (koristila sam šumske)
- 80 g šećera
- 1 žlica škrobnog brašna

Priprema:

Izvadite jaja, mlijeko i maslac nekoliko sati prije pripreme tijesta da se temperiraju. Za tijesto stavite 400 g brašna, šećer, sol i žumanjke u posudu, dodajte mlijeko, limunovu koricu i vaniliju. Dodajte ohlađeni tangzhong i umijesite glatko tijesto. Ukoliko je potrebno, dodajte još brašna. Omekšali maslac dodajte malo po malo cijelo vrijeme mijeseći (koristim kuhinjski robot). Kada je tijesto elastično, sjajno i odvaja se od stijenki posude, prekrijte ga prozirnom folijom i ostavite da se udvostruči. Za to će mu trebati nekoliko sati.

Za to vrijeme pripremite borovnice, očistite ih i operite, stavite u posudu pa dodajte šećer. Stavite kuhati cijelo vrijeme miješajući. Pomiješajte 1 žličicu škrobnog brašna s 2 žličice vode pa dodajte u borovnice. Kuhajte dok se ne zgusne i stavite na hlađenje.

Krem sir ili meki sir pomiješajte sa šećerom u glatku smjesu.

Kada se tijesto udvostručilo, istresite ga na pobrašnjenu radnu površinu pa nježno rukama rastanjite u pravokutnik. Nanesite sir i na to smjesu od borovnica. Zamotajte u roladu. Za lakše baratanje tijestom, stavite roladu u hladnjak na sat ili dva. Kada je tijesto očvrtnulo, prerežite uzdužno (ostavite spojeno na jednom kraju). Ispetite pletenicu prebacujući jedan krak preko drugog. Tako pripremljenu pletenicu možete još zamotati poput puža. Stavite na

lim obložen papirom za pečenje (ili u kalupe za četvrtasti kruh ako ste ostavili u obliku pletenice). Pecite na 180 stupnjeva nekih 35 do 45 min ovisno o pećnici. Vruće pletenice premažite medom.