



## Aby se chléb z pekárny povedl

### DODRŽUJTE NÁVOD K POUŽITÍ

- > **Pečlivě si přečtěte návod k pekárně.**
- > **Přidávejte přísady v pořadí, jaké je uvedeno v pokynech;** vězte, že to, co je uvedeno v této knize, vede k dobrým výsledkům s většinou přístrojů.
- > **Hlavně nikdy neotvírejte víko** během pečení.

### VYBÍREJTE SPRÁVNÉ SUROVINY

#### Mouka

Nejčastěji se používá jemná pšeničná mouka, takzvaná hladká. Následuje žitná mouka, mouka ze špaldy nebo nově pšenice kamut. Z těchto čtyř variet lze upéct chléb. Další mouky (ze sóji, kaštanů, kukuřice, pohanky atd.) to neumožní, mohou být do těsta přidávány jen v malých množstvích. U každého receptu je třeba dodržovat doporučený druh mouky (viz tabulku dole).

TYP MOUKY	POUŽITÍ
hladká mouka	jemné pečivo
polohrubá světlá	bílé pečivo
hladká polosvětlá	„tradiční“ chléb
tmavá chlebová mouka	tmavý chléb
grahamová mouka	grahamové pečivo
celozrnná mouka	celozrnný chléb

Daný druh má vliv na množství použité vody; celozrnná mouka podle typu vyžaduje více tekutin.

Existují také připravené chlebové směsi, které jsou velmi praktické, ale obsahují často množství zlepšujících přísad. V supermarketech najdete v zásadě pšeničnou mouku od hladké až po hrubou, a často také žitnou a špaldovou. V obchodě se zdravou výživou je výběr širší: všechny druhy pšeničné mouky, žitná mouka, špaldová mouka, kamutová mouka a všechny speciální mouky, jako je sójová, rýžová, kukuřičná apod. Zásobit se můžete také přímo ve mlýně. Semolinová mouka bývá k dostání v prodejnách italských pochoutek (pod názvem „farina semola“). Pokud ji tam neseženete, zkuste rybářské potřeby, kde mívají i kaštanovou mouku – z obou se totiž vyrábějí návnady pro ryby.

#### KVÁSEK POOLISH

*Jde o techniku prefermentace, která má četné výhody: chléb je chutnější (neboť delší kvašení uvolňuje aroma) a lépe se uchovává; střída je nadýchaná a zářezy v kůrce se během pečení lépe rozvinou. Na výrobu kvásku odeberte ze surovin v receptu stejné množství mouky a vody. Přidejte menší množství kvasnic. Tato tekutá směs se pomalu nafoukne a zhruba po 12 hodinách bude kvásek připraven k použití – přilijte jej k ostatním surovinám z receptu.*



## Kvasnice

Ideální je používat sušené instantní kvasnice. Jsou k máni v běžné obchodní síti. Prodávají se v sáčcích o hmotnosti 6 až 11 g a lze je při pokojové teplotě skladovat 18 měsíců, aniž by nějak utrpěla jejich kvalita. Nemusí se z nich připravovat kvásek, stačí je promíchat s moukou.

## Semínka

Drobná zrníčka (len, sezam, mák atd.) můžete vsypat do nádoby společně s ostatními přísadami hned na počátku hnětení. Pokud je na vašem přístroji dávkovač, nasypete větší zrnka (dýně, pistácie, mandle atd.) do něj, nebo je přisypte až po zaznění zvukového signálu (pípnutí) pekární, jinak by se během dlouhého hnětení rozdrtila.

Semínka jsou stále běžněji k dostání v supermarketech. Velký výběr naleznete v obchodech se zdravou výživou.

### PŘÍKLAD VÝPOČTU PT

*Vypočítejte množství tekutiny nezbytné pro přípravu bílého pečiva s 1,5 kávové lžičky instantních kvasnic, 500 g pšeničné mouky hladké polosvětlé a 1,5 kávové lžičky soli.*

*PT v domácí pekárně pro tento typ mouky je průměrně 60 %, bude tedy třeba přidat  $(500 \text{ g} \times 60 : 100) = 300 \text{ g}$ , tedy 300 ml vody.*

## Lepek

Užitečný je v receptech obsahujících celozrnnou mouku nebo mouku, z níž nelze upéct chléb. S lepkem těsto lépe vykne a zvýší se jeho pružnost. Dá se opatřit v obchodech se zdravou výživou.

## PŘESNÁ HMOTNOST SUROVIN

Ideální je péct s pomocí elektronické váhy, s přesností na 1 až 2 gramy. Kvasnice a sůl se zase odměřují pomocí odměrné lžice, která je pro nepatrná množství spolehlivější.

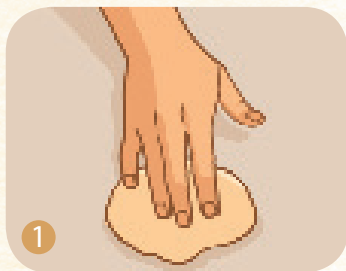
Nejjednodušší je položit nádobu z pekární na váhu a přidávat přísady s použitím funkce tara mezi každým vážením. Nemáte-li k dispozici váhu, můžete odměřovat tekutiny pomocí odměrky dodávané k přístroji nebo pomocí odměrky s podrobným odstupňováním. Některé domácí pekární jsou k chybám v dávkování mouky a tekutin „tolerantnější“ než jiné, ale tyto odchylky by nikdy neměly přesáhnout 5 g!

## DODRŽENÍ POMĚRU TEKUTIN

Poměr tekutin (dále jen PT) je množství tekutin vzhledem k hmotnosti použité mouky. Vyjadřuje se v procentech a odpovídá množství vody, které může mouka vsáknout. U jemného pečiva je třeba vědět, že vejce, mléko nebo tekutá dochucovadla (rum, pomerančová esence atd.) se jakožto tekutiny do PT započítávají. Tuky se na něm, v různých poměrech, podílejí také.

PT se liší v závislosti na vlhkosti mouky, podílu lepku, typu použité mouky a vlhkosti prostředí. Dodržení PT je nezbytné při pečení v troubě i v domácí pekárně.

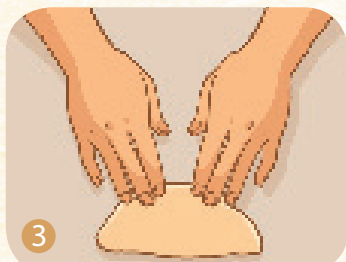
VYVÁLENÍ BAGETY



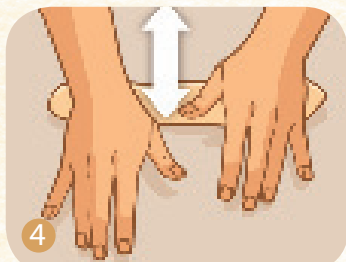
1  
Těsto zploštěte.



2  
Přehněte je napůl směrem k sobě.



3  
Okraje dobře spojte, potom zopakujte kroky 2 a 3.



4  
Rozválejte, dokud nedosáhnete požadované délky.

VYTVAROVÁNÍ BOCHÁNKU



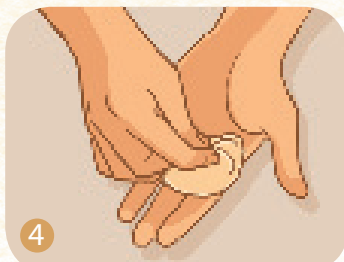
1  
Rozválejte bochánek v dlani a zploštěte jej.



2  
Přehněte jej napůl směrem k sobě.



3  
Přehněte jej napůl v opačném směru a krok zopakujte.

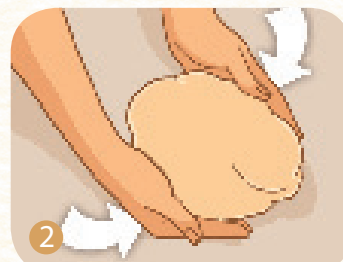


4  
Jakmile je bochánek hladký, stiskem spojte okraje.

VYTVAROVÁNÍ BOCHNÍKU



1  
Těsto táhněte směrem dolů, aby se „napnul“ povrch bochníku.



2  
Tento pohyb zopakujte kolem celého bochníku.



3  
Výsledný bochník musí být hladký a méně objemný než na počátku.

Každý přístroj vyžaduje vlastní PT pro každý typ mouky, takže recept připravený z totožné mouky nepřinese ve dvou různých pekárnách stejný výsledek. Podle jednotlivých značek mohou domácí pekárny pro pšeničnou hladkou polosvětlou mouku mít PT od 55 do 70 %. Abyste zjistili poměr tekutin u vaší pekárny, stačí, když si připravíte chléb z pšeničné hladké mouky, jako je obyčejný bílý chléb (viz str. 14) a vypočítáte PT podle použitého množství vody a mouky.

Recepty z této knihy počítají s průměrným PT 60 % u pšeničné hladké mouky, což odpovídá většině dostupných domácích pekáren. Nicméně pokud vyzkoušíte nějaký recept a zjistíte, že se chleba „propadl“ dovnitř, snižte množství vody u všech receptů o 15 ml. Jestliže má chléb naopak nerovný tvar nebo málo nakynul, množství tekutin o 15 ml navyšte.

## Ruční zpracování a pečení v troubě

### KLÍČOVÉ OKAMŽIKY

> **Tvarování:** Jakmile přístroj dokončí hnětení, můžete těsto vytvarovat rukama a dát mu originální tvar. Vytvarováním získáte pravidelné těsto s hladkým povrchem – uplatněte základní postupy ze strany 11. Pro dobrý výsledek si pomůžete spíše ruce než těsto. Těsto nikdy nevytahujte, jinak se roztrhá. Vytvořený spoj by měl být umístěn tak, aby nebyl vidět, pod bočníkem; tím zamezíte také prasknutí pečiva při pečení.

> **Zářezy:** Zářezy v těstě se často dělají pomocí řezáku (čepel zasazená do rukojeti). Tyto řezy se při pečení rozevřou, chléb se díky nim rozvine a vypadá lépe.

> **Kynutí a předehřátí trouby:** Vytvarované těsto necháte odpočívat, vykynout. Pak je připraveno k vložení do horké trouby. Dodržujte správné načasování – trouba by měla být předehřátá ve stejnou chvíli, kdy vykyne těsto.

> **„Parní ráz“:** Jakmile je chléb v troubě, vylijte na rozpálený podkladový plech 50 ml vody a ihned zavřete dvířka. Tím se vytvoří pára, která se srazí na studeném těstě a podpoří tvorbu jemné a křupavé zlaté kůrky. Místo nalévání vody můžete do trouby také vhodit několik kostek ledu – je to bezpečnější.

### POMŮCKY

> **Kráječ** pro snadné oddělení těsta; k dostání v obchodech s pekařskými potřebami.

> **Řezák**, který umožňuje vytvářet na chlebu a dalším pečivu zářezy (tato čepel zasazená do rukojeti se prodává u dodavatelů pekárenského vybavení a může ji nahradit žiletka či skalpel).

> **Malířské špachtle z nerezů** v různých velikostech jsou nezbytné pro zdobení některých druhů pečiva.

> **Rozprašovač** pro zvlhčení utěrek nebo těsta.

> **Malý váleček na těsto**, užitečný pro tvarování.

> **Malé a velké nůžky** pro vytváření motivů na jemném pečivu nebo pro šikmé krájení baget.

> **Mašlovačka** pro potírání povrchu chleba.

> **Formy s nepřílnavým povrchem:** koláčová forma o průměru 24 nebo 26 cm, pečicí plech 30 x 40 cm, dortová forma, forma na briošku atd. Pokud nádobí nemá nepřílnavý povlak, nepamenejte formy vymazat tukem nebo vystlat papírem na pečení.



Kráječ na těsto



Řezák



Špachtle