

Французький ремісничий хліб

Продовжуємо нашу чудову історію живої закваски її превтілення у духмяний хліб. Тож, пропонуємо Вам рецепт ремісничого хліба перевірений часом, завжди вдається і ніколи не розчарує ані якістю, ані смаком.

Цей хліб є найкращим купажем борошна з м'яких сортів пшениці й цільнозернового борошна. Ця суміш робить хліб не лише запашним та смачним, а також корисним й унікальним джерелом вітамінів, вуглеводів, адже містить незамінні амінокислоти, клітковину і мікроелементи.

Заохочуємо і Вас власноруч випікати здоровий хліб для себе і своїх дітей, для друзів, для гостей, для всіх, хто стежить за своїм харчуванням і полюбляє не лише смачно, але й корисно поласувати!

Своє уміння, бажання, відвагу й смак цього хліба та його рецепт передала талановита автор і керівник онлайн-школи «Старосвітський хліб», Світлана Арістова.

Перше освіження закваски:

- 10 г стартера-закваски
- 20 г води
- 20 пшеничного борошна вищого сорту

Друге освіження закваски:

- 50 г закваски (що утворюється від першого оновлення)
- 125 г води
- 125 г борошна

Тісто:

- 300 г пшеничної закваски
- 100 г ряжанки або кефіру
- 200 г води
- 200 пшеничного цільнозернового борошна дрібного помелу

- 320 г пшеничного борошна вищого або першого сорту
- 30 г неферментованого білого солоду
- 10-15 г цукру (якщо немає солоду тоді усього цукру 30 г)
- 15 г гімалайської рожевої солі або звичайної

На початок потрібно зробити освіження пшеничного чи житньої закваски: **перше освіження** 10 г стартера-закваски додати 20 г води, добре розмішати й додати 20 пшеничного борошна вищого сорту. Теж можна додати борошно навпіл з вищого і першого сортів або наполовину з цільнозерновим. Освіжувати закваску до підйому, в залежності від температури в кімнаті 6-8 год. Найкраща температура 25-28 С.

Друге освіження: до 50 г закваски що утворилося з першого освіження, додати 125 г води, розмішати і додати 125 г борошна. Освіжувати до підйому, також 6-8 год.

Коли опара буде готова, покласти у велику посудину воду, ряжанку та опару й перемішати до з'єднання усіх інгредієнтів. Потім додати усе борошно і легко замісити тісто. Поставити тісто на автоліз на 30 хв.

***Автоліз** – це один з методів розвитку клейковини у тісті, який застосовують перед замісом, просто перемішуючи борошно з водою до стану цільної борошняної кулі. У цьому процесі борошно зволожується і перетворюється в грудкувату масу, тому важливо дати йому спокій від пів години до декількох. При цьому важливо накрити посудину у якій воно «настоюватиметься», добре накривати пакетом або плівкою, щоб поверхня тіста не підсихала. У цьому часі «настоювання», клейковина набухає, її молекули збираються в нитки, з тістом стає легше працювати. І лише на цьому етапі повторного замішування тіста, до маси додають сіль, і решта інгредієнтів.*

Після аутолізу тісто перекласти на робочу поверхню трішки підсипану борошном. Додати солод, якщо тісто щільне, трішки скропити його водою. Місити тісто до повного з'єднання солоду й води.

Опісля, додати сіль і цукор. Вимішувати вибиваючи його об поверхню до хорошого розвитку клейковини, щоб не липнуло до рук і стало еластичним 5-10 хв.

Готове тісто сформувати у кулю і покласти у прозору посудину зі щільною кришкою для ферментування. Бажана температура для тіста 24 С.

Бродіння відбувається протягом 3 год.

Упродовж ферментації необхідно зробити обминання тіста 2 рази через кожні 60 хв. Змочити руку водою засунути з боку під тісто, підняти його до верху та закласти до середини, повторити з чотирьох сторін загортаючи краї тіста до середини немов би конвертиком.

Для розстоювання тіста приготувати посудини або форми й тканину, або кухонну серветку, рушник, щоб нею висталити ці форми.

Коли тісто підніметься у півтори рази сформувати буханки, викласти тісто на підсипану борошном (важливо вживати як найменше борошна) робочу поверхню, розділити шпателем на дві частини. Кожну частину тіста трішки розтягти, беручи тісто за краї заплести до середини немов косу. Потім верхній край скласти до середини й ще раз скласти до кінця валика. Таким чином формується натягнута спинка тіста що при випіканні даватиме глибокий відкритий гребінь.

Сформовані заготовки викласти у підготовлені посудини для розстоювання верхом до низу, а швами до гори. Залишити на розстоювання на 80-90 хв або на ніч в холодильнику.

Випікання:

Для випікання хліба є корисним пекарський камінь чи камінь для піци, хліба. Камінь або деко розігрівати у духовці протягом години до 240 С.

Для доброго випікання хліба потрібно створити пар. Для пару можна використати товсту стару сковорідку або деко, помістити на дно духовки та теж нагріти, воду влити після посадки в духовку хліба. Приготувати кип'яток на момент посадки хліба.

Готові заготовки-буханці перевернути на дощечки з пергаментом, до низу швом. Зробити глибокий надріз гострим лезом від краю до краю хлібини по довжині, посипати улюбленими зернами та помістити у розігріту духовку. Швидко влити пів склянки гарячої води у сковорідку і якнайшвидше замкнути

двері духовки.

Випікати перші 10 хв при 240 С з парою, далі ще 30 хв при температурі 220 С. Якщо 2 буханки, то випікати 35 – 40 хвилин. Дивіться свою духовку, час може змінюватися в залежності від особливостей вашої духовки.

























