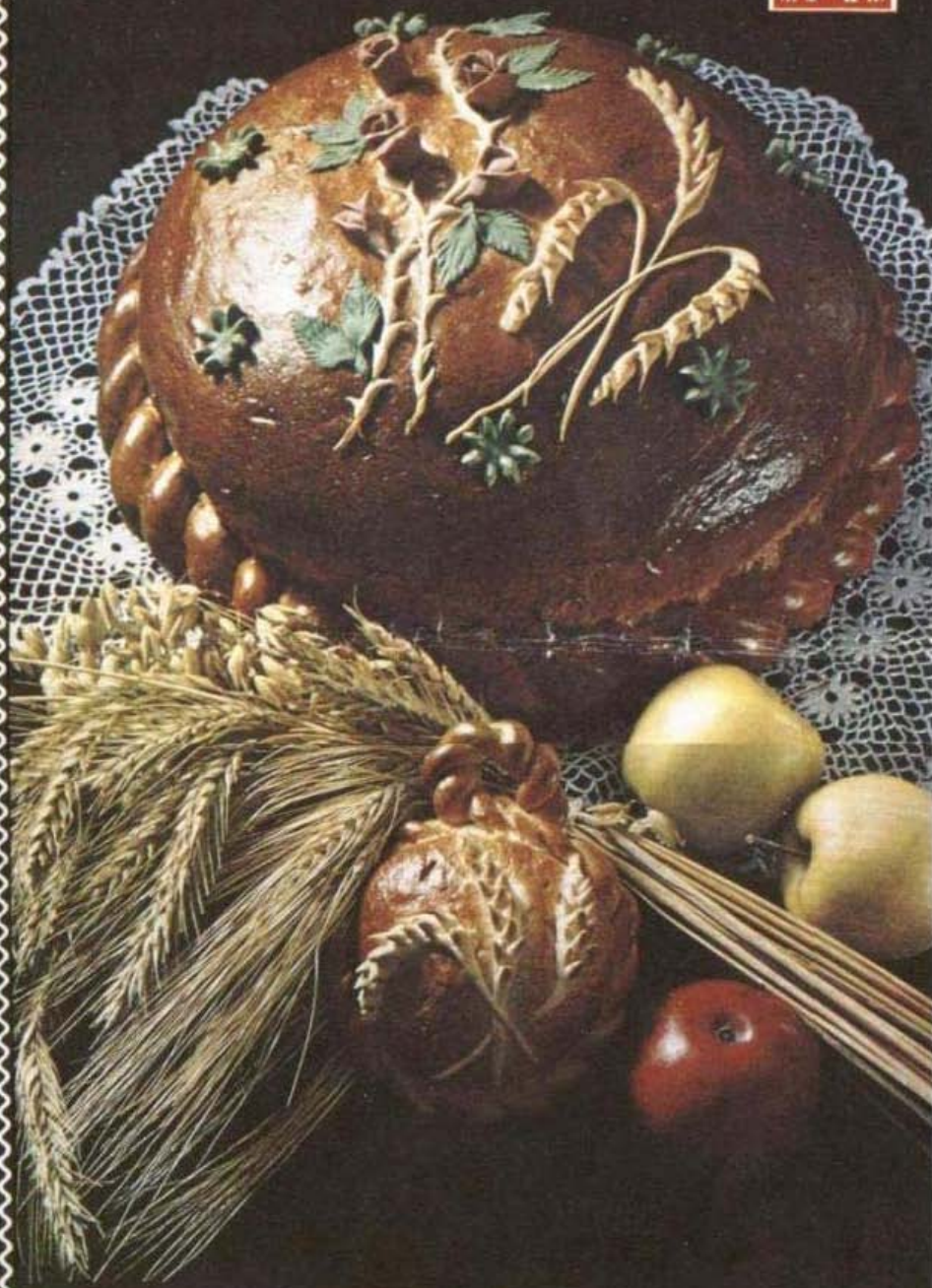


# ДОМАШНИЙ ХЛЕБ



Испечь хлеб под силу каждому. Однако нередко, несмотря на достаточно проверенные рецепты и полноценные продукты, хорошее качество не удастся. Причины, как правило, связаны с нарушением температурного режима при подготовке и выпечке. Кроме того, необходимо строго придерживаться рецептур и последовательности операций, точно отмеривать и взвешивать расходуемые продукты. Основные из них — пшеничная и ржаная мука, дрожжи, вода и соль. Все остальное служит улучшению вкусовых и питательных свойств изделия.



## Мука

Из муки высшего и первого сортов выпекают булочки, сдобу, пироги. Пшеничная мука второго сорта хороша в пряниках. На столовый хлеб она также подходит, равно как и ржаная сеяная или обдирная. Ржаную муку добавляют в пшеничную, чтобы хлеб меньше черствел.

Важно, чтобы мука была из непросеянного зерна, не заплесневевшая, не прелая, сухая и без постороннего запаха. Сколько рука удержит, сожмем муку в кулаке. Если мука примет форму горсти и сохранит ее при разжатых пальцах, значит, она слишком влажная. Сухая рассыпалась бы.

Подберите в доме для муки чистое, сухое, легко проветриваемое помещение, где сможете поддерживать температуру в 10–12 градусов, и деревянную, плотно закрывающуюся тару (ларь). При хранении время от времени муку желательно перемешивать, пусть «дышит». Это и мера против вредителей. Чаще всего докучает хозяйке мучной клещ. Его самого трудно заметить невооруженным глазом. А вот мука, в которой завелся этот паразит, сыреет, темнеет, приобретает неприятный запах и вкус, становится похожей на крупинки. И в пищу она непригодна. Загрязняют продукт и мучники, чьи личинки питаются мукой, превращают ее в сереющие комочки неприятного запаха и вкуса. Такая мука просеянная допустима в пищу, лишь когда личинок было не очень много.

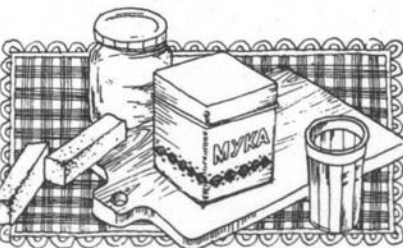
Из хлебопекарных свойств пшеничной муки главное — ее сила, способность образовывать тесто, что определяется содержанием клейковины. По этому признаку различают сильную, среднюю и слабую муку пшеницы.

Сильная при замесе теста нормальной густоты поглощает относительно много воды. Такое тесто остается густым, эластичным, сухим на ощупь и в замесе и в брожении. При расстойке, выпечке сохраняет форму и мало расплывается. Хлеб выходит высокий, с хорошими порами.

Муке слабой требуется заметно меньше воды. Тесто из нее не так эластично и послушно, при расстойке и выпечке быстро расплывается. И хлеб выпекается плоским, неаппетитным.

Чаще всего хлеб заводят из смеси слабой и сильной муки.

Перед употреблением ее всегда следует просеивать, даже просеянную вчера. Так отделяются отруби, разные примеси, некоторые вредители. Если есть, то разбиваются комки. Мука становится рыхлой, воздушной. Особенно тщательной подобная операция должна быть с мукой, предназначенной на дрожжевое тесто.



## Дрожжи

В хлебе из сброженного теста отчетливо видны следы микроскопических существ — хлебопекарных дрожжей. Взгляните: всю массу мякиша



Крестьянка без часов знала, когда поспело в квашне тесто. В чугунок с теплой водой на шестке печи она бросала комочек теста нынешнего затева, как он всплывал со дна, значит, и все тесто отбродило.

пронизывает множество крохотных пор, возникших от сложнейшей деятельности дрожжевых клеток. Вокруг каждой «дрожжинки» возникает нечто вроде газовой оболочки, которая при выпечке преобразуется в пору. Оттого и становится хлеб пышным, кружевным.

На приготовление хлеба требуются прессованные или сухие дрожжи: плотные, легко ломающиеся, с легким спиртовым запахом. Прессованные дрожжи хранят в холодильнике при 2–4 градусах до двух недель. Если надо дольше, их замораживают и перед работой медленно оттаивают при 4–6 градусах тепла. Сушеные дрожжи, упакованные в жестяные, герметично закрытые банки или в бумажные пакеты, могут пролежать в сухом месте при температуре не выше 15 градусов. В этих условиях подъемная сила у них все же теряется процентов на 5 в месяц.

Сухих дрожжей берут по весу в 3 раза меньше прессованных.

Перед тем, как смешать тесто, дрожжи прессованные разводят в теплой воде (30–35 градусов) до однородной кашицы. Сухие – обваливают в муке и растворяют в теплой воде (25–30 градусов) при соотношении частей 1 : 10 : 30.

При отсутствии готовых дрожжей пользуются самодельными. В домашних условиях их получить нетрудно.

#### Первый способ

Берем 1/2 стакана пшеничной муки и 3/4 стакана теплой воды. К этой смеси ежедневно трое суток подливаем по 1 столовой ложке теплой воды. На четвертые сутки массу провариваем, размешивая, при слабом нагреве. После охлаждения всыпаем 1 столовую ложку муки и по столько же – в последующие двое суток.

Приготовленный состав держат в посуде, накрытой полотенцем, при комнатной температуре (20–22 градуса). К концу недели дрожжи будут готовы. Хранят их в стеклянной банке в холодильнике, не замораживая, 8–10 суток. Используют наподобие прессованных.

#### Второй способ

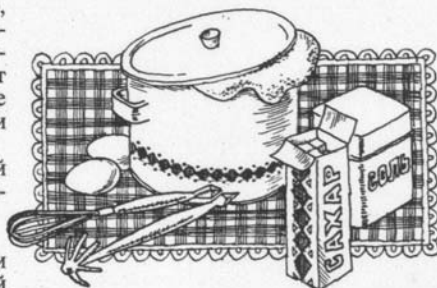
Две столовые ложки хмеля (сушеных женских соплодий) заливают 2 стаканами кипятка и варят 5–10 минут. Отвар процеживают через сито и вновь доводят до кипения. В чистой эмалированной посуде в 1 стакан пшеничной муки постепенно вливают и тщательно смешивают горячий отвар.

Накрывают емкость чистым полотенцем, держат в теплом месте 1,5–2 суток, после чего дрожжи готовы. В тесто кладут на 1 стакан дрожжей 3 стакана пшеничной муки. Оставшиеся дрожжи пролежат в холодильнике 2–3 суток, если всыпать в них 1 стакан муки и дать постоять в тепле 4 часа.

При дальнейшем употреблении дрожжи вначале разбавляют 1 стаканом теплой воды и помещают на 1,5–2 часа в теплое место. Затем действуют при замесе теста, как описано выше.

#### Третий способ

Для разрыхления теста пригодна и дрожжевая масса. Для этого смешивают по 1 стакану муки и теплой воды, на 5–6 часов оставляют в покое и потом сюда доливают 1 стакан любого пива, всыпают 1 столовую ложку сахарного песка. Хорошо размешанная масса 30–40 минут должна еще дойти в теплом месте. Такая закваска сохраняет свои свойства в холодильнике 1–2 суток.



## Тесто

Хорошее качество пшеничного и ржаного хлеба получается при соблюдении некоторых пропорций. Так, необходимо вносить в тесто 1–1,5 процента соли, считая от веса муки.

В рецептуру многих хлебобулочных изделий входят также сахар и жир, добавка их составляет 2–5 процентов от количества муки, что исключительно важно, так как продлевает срок свежести, улучшает вкус и аромат хлеба. Соль и сахар перед замесом растворяют в воде, жир растапливают. На некоторые сорта хлеба и булок нужны молоко, яйца и другие компоненты.

Приготовление хлеба состоит из подготовки сырья (с чем читатель уже ознакомлен), замеса, разделки и расстойки теста, выпечки и охлаждения изделий.



Удалась ли закваска? Надавите тесто пальцем: если выемка останется – брожения нет.



Замешивание теста – важнейшая операция, определяющая качество хлеба. Чем однородней получается смесь, тем лучше условия для брожения. Небрежность с приготовлением теста обязательно будет видна в готовом каравае, что называется, и на глаз и на вкус. Отчего, к примеру, в мякише поры неравномерны, крупные пустоты или закал – слой уплотненной массы у нижней корки? Образуются они при плохом замесе, когда тесто недобродило или перестояло. Основательно влияет и недоброкачественная мука. Скажем, в хлебе из прелой муки корка отслаивается от мякоти.

Всякая хозяйка из своей практики знает, что тесто из пшеничной и ржаной муки ведет себя по-разному. По сравнению с пшеничным ржаное менее эластично, в нем мало упругости, при растяжении оно легко рвется. Вызвано это неодинаковым химическим составом, свойствами белка и крахмала, которые содержатся в муке.

Это все и учитывается в приготовлении хлеба. На пшеничный не требуется большого мастерства, но навыки определенные нужны.

Тесто готовят опарным или безопарным способами.

#### Безопарный способ

Воду, муку, дрожжи, соль, сахар, жир и другие необходимые компоненты старательно месят, пока тесто не станет легко отделяться от стенок посуды. Тогда закрывают ее крышкой и ставят в теплое место для брожения. Спустя 2 – 2,5 часа тесто сильно поднимется. Делают ему обминку, отчего из теста удаляется углекислый газ и с новой силой возобновляется брожение. Оно продлится примерно 40 – 60 минут и считается законченным, когда за небольшим подъемом последует опускание теста. В этот момент проводят вторую обминку и затем разделяют на посыпанном мукой столе.

На 1 кг муки расходуют 0,4 – 0,45 л воды, 20 – 30 г прессованных дрожжей, 10 – 15 г соли, по 20 – 40 г сахара и жира (для сдобных изделий сахара и жира берут 100 – 150 г).

#### Опарный способ

У него два этапа. Половину муки смешивают с 2/3 воды и всей нормой дрожжей. Получается масса, похожая на густую сметану. Поверхность опары

пысыпают тонким слоем муки, накрывают посуду полотенцем и определяют в тепло на 3 – 3,5 часа.

Активно опара забродит через 30 – 40 минут, когда по ее поверхности пойдут равномерные трещинки, тесто становится выпуклым и начинает отходить от стенок посуды. Спустя 2 – 3 часа опара раздается в объеме в 2 – 2,5 раза и на всей поверхности появляются лопающиеся пузырьки.

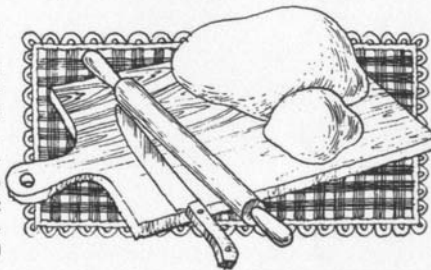
У готовой опары брожение стихает, все меньше на поверхности пузырьков, сама опара немного опадает.

Если мука со слабой клейковиной, заводите опару погуще сметаны. Густая бродит медленнее, зато равномернее, получается качественнее.

На готовой опаре замешивают тесто, добавив оставшуюся часть муки и воды, соль и все, что нужно по рецепту. Ждут, чтобы тесто достигло наивысшего подъема, что происходит примерно через час, делают обминку, затем формуют.

Время брожения опары и теста хозяйка приспособливается регулировать сама, ставя посуду туда, где теплее, или в более прохладное место.

На 1 кг муки приготовьте по 10 – 15 г прессованных дрожжей и соли; сахара и жира надо столько же, как и в тесто при безопарном способе.

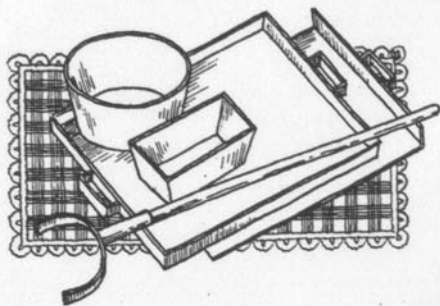


## Разделка теста

Состоит она из деления на куски, их округления. В это время из теста почти полностью удаляется углекислый газ. Чтобы разрыхлить вновь, придать необходимую форму и объем, тесто, как пшеничное, так и ржаное, перед выпечкой подвергают расстойке – дают продолжиться брожению. Температура воздуха при расстойке нужна 35 – 40 градусов.



Ни на горячей плите, ни возле отопительной батареи тесто не выбродит по-настоящему.



## Выпечка

От нее зависит, как пропечен мякиш, толщина, цвет и глянец корочки и, конечно, аромат, вкус хлеба. В основном качество хлеба определяет длительность выпечки и скорость прогрева теста в печи. Время, которое хлебу сидеть в печи, выбираем по массе и форме изделия, по особенностям конструкции печи.

Хлебы пекут в русской печи или в жарочном шкафу (духовке бытовых электрической, газовой плит) до образования окрашенной корочки — от золотисто-желтой до темно-коричневой, смотря по виду изделия. Во всех случаях хозяйка должна иметь возможность устанавливать нужную температуру — от 120 до 300 градусов.

Если топка русской печи расположена от пола на 30–50 см, требуется сравнительно немного топлива и изделия пропекаются довольно равномерно. Правда, хорошо истопить печь дровами, нужен большой опыт. Лучше она накаляется от сжигания дубовых и березовых поленьев, хуже всего — от осиновых. На выпечку хлебов из 50 кг муки уйдет самое малое 25–50 кг хороших дров.

Печь затапливают за 2–3 часа до выпечки. Достаточно разгоревшиеся дрова надо два передвинуть с места на место, тогда под печи накалится везде одинаково. Но вот дрова выгорели. Жар (тлеющие угли) разравнивают по всей поверхности, закрывают вьюшку и дверцу минут на 10 — температура в печи станет равномерной. Теперь выгребают угли и золу, подметают под метлой из сосновых веток или протирают влажной тряпкой. Печь закрывают снова на 2–3 минуты — пусть осядет пыль. Наконец пришла пора проверить, достаточно ли накалилась печь. Делают это так.

Негорячая печь (легкий жар) — 120–175 градусов. Насыпанные в печь отруби желтеют медленно.

Умеренно горячая печь (умеренный жар) — 175–230 градусов. Отруби желтеют быстро.

Горячая печь (сильный жар) — 230–250 градусов. В печи отруби желтеют немедленно, а потом темнеют.

Очень горячая печь (очень сильный жар) — 300 градусов. Отруби в печи буреют, а через некоторое время и чернеют.

Подобным же образом можно испытывать печь куском газеты. Если брошенная туда бумага воспламенится — печь слишком горяча, а быстро буреет — самый раз для выпечки.

Как быть, если, допустим, окажется, что печь чересчур горячая? В этом случае нужно намочить тряпку холодной водой и вытереть под. Переждав некоторое время, вновь проверьте температуру и уж потом приступайте к выпечке.

Каждая печь имеет свои особенности, и хозяйке они должны быть ведомы, иначе возможны всякие неудачи с тестом.

Когда печь нагревается сверху больше, чем под, изделия накрывают влажной бумагой. Если же под печет сильнее, то лист с заготовками ставят на другой противень, предварительно задвинутый в печь.

Иногда для выпечки приходится пользоваться не самой печью, а ее духовкой. Сажать хлебы лучше после того, как нагрелась плита и в топке образовался слой раскаленных углей с горячей золой. С этого момента здесь держится более или менее постоянный жар.

Те, кто выпекает хлеб в духовке бытовой плиты, научатся учитывать свойство этой духовки быстро накаляться и легко остывать, поэтому в ней хлеб часто сверху пригорает, а внутри не пропекается. Тут нужен постоянный контроль температуры.

Готов ли хлеб, узнают по звуку, постучав пальцем по нижней корке (звонкий «голос» у хлеба пропеченного). В противном случае выпечку продолжают.

Корку вынутого из печи хлеба слегка смачивают водой, накрывают салфеткой и дают ему остыть, не вынося в холодное помещение.

Ломоть остывшего хлеба, если он удачен, равномерно пористый, с мякишем без пустот.



На равномерном огне, при средней температуре тесто поднимается постепенно и не трескается. Большой жар тоже заставляет его вспучиваться, да ненадолго: стоит изделие вынуть, как оно опадает.



## Рецепты хлебов

### Из пшеничной муки



#### Булки русские

При безопарном способе на 1 кг муки расходуют 0,5 л воды, 20 г дрожжей, 15 г соли, 50 г сахара. Тесто после брожения делят на кусочки по 100 – 120 г, скатывают в шары и укладывают на противень, смазанный растительным маслом. Расстойка длится 30 – 40 минут, выпечка – 12 – 15 минут при 220 – 230 градусах.



#### Хлеб подовый

Может быть приготовлен как на опаре, так и без нее.

При опарном способе 500 г муки смешивают с 0,35 л теплой воды и 10 г дрожжей. В выброженную опару добавляют 500 г муки, 0,2 л воды, в которой предварительно растворены 12 г соли. Тесто после брожения формируют в круглый каравай на 1,5 кг, помещают его на противень, смазанный маслом, расстаивают 40 – 45 минут и выпекают при 220 – 230 градусах.



#### Булочки сдобные

Готовить их лучше на опаре. В опару кладут 500 г муки, 30 г дрожжей, 0,15 л воды и 0,15 л молока. Опара бродит 4 – 4,5 часа, а затем на ней замешивают тесто, в которое вносят 500 г муки, 10 г дрожжей, 10 г соли, 250 г сахара, 150 г маргарина, 3 яйца и 0,2 л воды.

Тесто выстаивают 2 – 2,5 часа, после чего его формируют шариками по 100 – 120 г. На расстойку уходит 60 – 80 минут. Заготовки выкладывают на покрытый жиром противень и смазы-

вают их поверхность яйцом. Выпекают 25 – 30 минут при 200 – 220 градусах.



#### Праздничный каравай

Тесто делают на опаре. На один каравай нужно 1,5 кг муки. Половина ее уйдет в опару вместе с 30 г дрожжей, 0,3 л молока, 0,1 – 0,2 л воды. Опара бродит 4 – 4,5 часа. Затем в нее добавляют 750 г муки, 20 г соли, 2 яйца, 0,2 – 0,3 л воды. Тесто подходит за 80 – 90 минут. Потом из него формируют каравай весом 2 – 2,2 кг. Заготовку отделяют фигурами из листьев, цветов и переносят на противень, смазанный маслом.

На цветы месят недрожжевое тесто, раскатывают его в плоскую ленту 12 – 15 см длиной и 3 см шириной, делают параллельные надрезы с каждого края по 2 см. Затем ленту сворачивают, укрепляют на каравае и подрезают концы, из них и образуются лепестки. Из такого же теста вырезают листья, плетут жгуты в форме колосьев, которые перед посадкой в печь надрезают.

Последний мазок – плетенка в основании каравае. Ее укладывают уже после расстойки.

До выпечки дают заготовке постоять 30 – 40 минут, смазывают поверхность яйцом и отправляют в печь. Выпекают около 90 минут при 190 – 210 градусах.

### Из ржаной муки

Приготовление ржаного хлеба более сложное, нежели пшеничного.

Ржаное тесто разрыхляется закваской. В нее входят дрожжи и молочная кислота. Это она придает хлебу приятный кисловатый вкус. Закваска – это кусок теста от предыдущей выпечки. Обычно оставляют окатыш в 0,5 кг и хранят в холодильнике. Перед употреблением разводят в теплой воде.

Закваску можно приготовить и специально, замесив 500 г ржаной муки, 25 г прессованных дрожжей и 1 – 1,5 л воды. Массе нужно побродить в теплом месте. Для улучшения вкуса хлеба в закваску взамен воды вливают 1/2 стакана простокваши или сыворотки от творога или обрат. Приблизительно через сутки закваска готова.



Пропеченный каравай легко проколоть тонкой палочкой или иглой.



### Хлеб ржаной обыкновенный

Одну треть предназначенной для выпечки муки разводят в теплой воде и добавляют подготовленную закваску. Старательно вымешивают тесто, посыпая сверху мукой, посуду хорошо укрывают и ставят в тепло. Нужно, чтобы тесто занимало не больше одной трети квашни, так как во время брожения его объем увеличивается в 2–3 раза. Примерно через 14 часов, когда тесто заквасится, его хорошо выбивают, досыпают остальную муку и соль, промешивают и снова ставят подходить в тепле.

Печь разжигают, как только хлеб начинает подниматься. Буханки средней величины разделяют прямо на лопате, выстланной капустными, дубовыми листьями или посыпанной отрубями.

Поверхность заготовки смачивают водой и сглаживают, чтобы не было трещин. В печи хлеб выпекается за 2,5–3 часа. Готовые буханки слегка смачивают горячей водой и накрывают полотенцем – от этого корка становится мягкой. Хлебы нельзя класть горячими один на другой – помнутся, а у смятого каравая отстает корка.

На 8 кг муки понадобится 4 л воды, 0,5 кг закваски, 80 г соли.



### Хлеб ржаной заварной

В квашню засыпают одну треть муки, отмеренной на выпечку, заваривают кипятком и хорошо вымешивают. Квашню накрывают и выдерживают в покое 2–3 часа. Затем добавляют закваску, разведенную теплой водой, старательно выбивают, сверху тесто посыпают мукой и оставляют подходить в теплом месте 18–20 часов. Когда заквасится, его выбивают, добавляют оставшуюся муку, растертый с солью тмин, хорошо вымешивают и ставят в теплое место. Пока заварное тесто поднимется, проходит больше времени, чем при выкисании обыкновенного хлеба. Поэтому печь затапливают, когда тесто уже почти созрело. Выпекают как обыкновенный хлеб. Через час буханки из печи вынимают для того, чтобы поверхность хлебов увлажнить кипятком, и снова отправляют в жар – допекаться.

Заварной хлеб вкуснее простого ржаного, кисло-сладкого вкуса и долго не черствеет.

На 8 кг муки расходуют 3,5 л воды, 0,5 кг закваски, 80 г соли, 1 столовую ложку тмина.



### Хлеб ржаной с картофелем

Картофеля в тесто кладут не больше четвертой части от веса муки. Варят с кожурой, очищают и разминают или пропускают через мясорубку. Картофельную массу и одну треть всей муки, приготовленной на выпечку, размешивают в теплой воде, вливают поспевшую закваску, посыпают мукой и заквашивают в теплом месте. Дальше действуют так же, как при выпечке обыкновенного ржаного хлеба.

На 8 кг муки берут 3 л воды, 2 кг картошки, 0,5 кг закваски, 80 г соли.

### Хранение хлеба

Уже через 10–12 часов после выпечки хлеб начинает черстветь, если его хранят при 6–25 градусах, и через 2–3 часа в случае, когда температура в помещении колеблется от 0 до минус 6 градусов. Корка тогда не хрустит, делается мягкой, а вскоре твердеет. Мякиш из эластичного становится жестким, крошится. Хлеб утрачивает свой аромат и вкус.

При минус 7 черствение замедляется, а при морозе в 24 градуса оно практически прекращается.

Свежесть, вкус, аромат хлеба на 2–3 суток сберегает полиэтиленовый пакет, целлофан, парафинированная бумага.

Без плесени и бактерий пролежит в холодильнике упакованный отдельно ржаной и пшеничный хлеб, а из морозильного отделения он будет вкусен и через несколько месяцев.

В обычных условиях уже на 2–3-й день на хлебе может появиться плесень, которая легко развивается летом во влажном, плохо проветриваемом помещении при температуре выше 10 градусов. Плесневелый хлеб непригоден ни в пищу, ни в переработку. Помимо неприятного запаха он содержит ядовитые вещества.

Н. Брунник,  
инженер-технолог



Давно замечено, что мы не обращаем внимания  
на самые замечательные факты только потому,  
что они обыкновенны.

Многим ли, действительно,  
приходила в голову мысль,  
что ломоть хлеба,  
хорошо испеченного пшеничного хлеба...  
составляет одно из величайших  
изобретений человеческого ума...

К. А. Тимирязев

#### УВАЖАЕМЫЕ ТОВАРИЩИ!

Перед вами первая работа такой формы в серии  
«Крестьянская усадьба».

Об искусстве вести дом мы продолжаем подготовку  
аналогичных листов с рекомендациями специалистов. В 1991  
году выйдут из печати издания, содержащие советы по  
заготовке зелени на зиму, сушке плодов, приготовлению  
различных продуктов из молока, про домашнее виноделие,  
огород на подоконнике, о том, как сделать пряжу своими  
руками, о сезонной уборке в доме и на другие темы.

Свое мнение о выпусках, которые удалось купить, сообщите,  
пожалуйста, по адресу: МОСКВА, 123557, Д-557,  
БОЛЬШОЙ ТИШИНСКИЙ ПЕР., 38, ИЗДАТЕЛЬСТВО «ПАНОРАМА».

О сроках выхода той или иной работы первыми получают  
информацию работники книжных баз, торгов, магазинов, куда  
поступает «Книготорговый бюллетень». С их помощью вы  
можете заранее сделать заказ и на выпуски серии  
«Крестьянская усадьба», и на любые другие издания  
«Панорамы».



Сложив  
по линиям сгиба,  
вы получите издание,  
удобное  
в пользовании.



Автор Н. БРЯНЦЕВ. Художник О. НИКОЛОВА.  
Редактор Н. Белкина. Худож. редактор А. Уткин.  
Техн. редактор О. Климова.  
Издательство «Панорама», Москва, 1991 г.  
Подп. в печать 29.03.91. Формат 70 x 100/2. П. л. 1. Усл. п. л. 1.3. Усл. кр.-отт. 5.2. Изд. № 050600013. Тираж  
200 000 экз. Цена 70 коп. Печать офсетная. Бумага офсетная. Заказ 1-8089. Типография издательства  
«Зорь», г. Екатеринбург, ул. Журналистов, 7.  
Б 510101000 650  
08A(02) 91 КБ-1-1-91