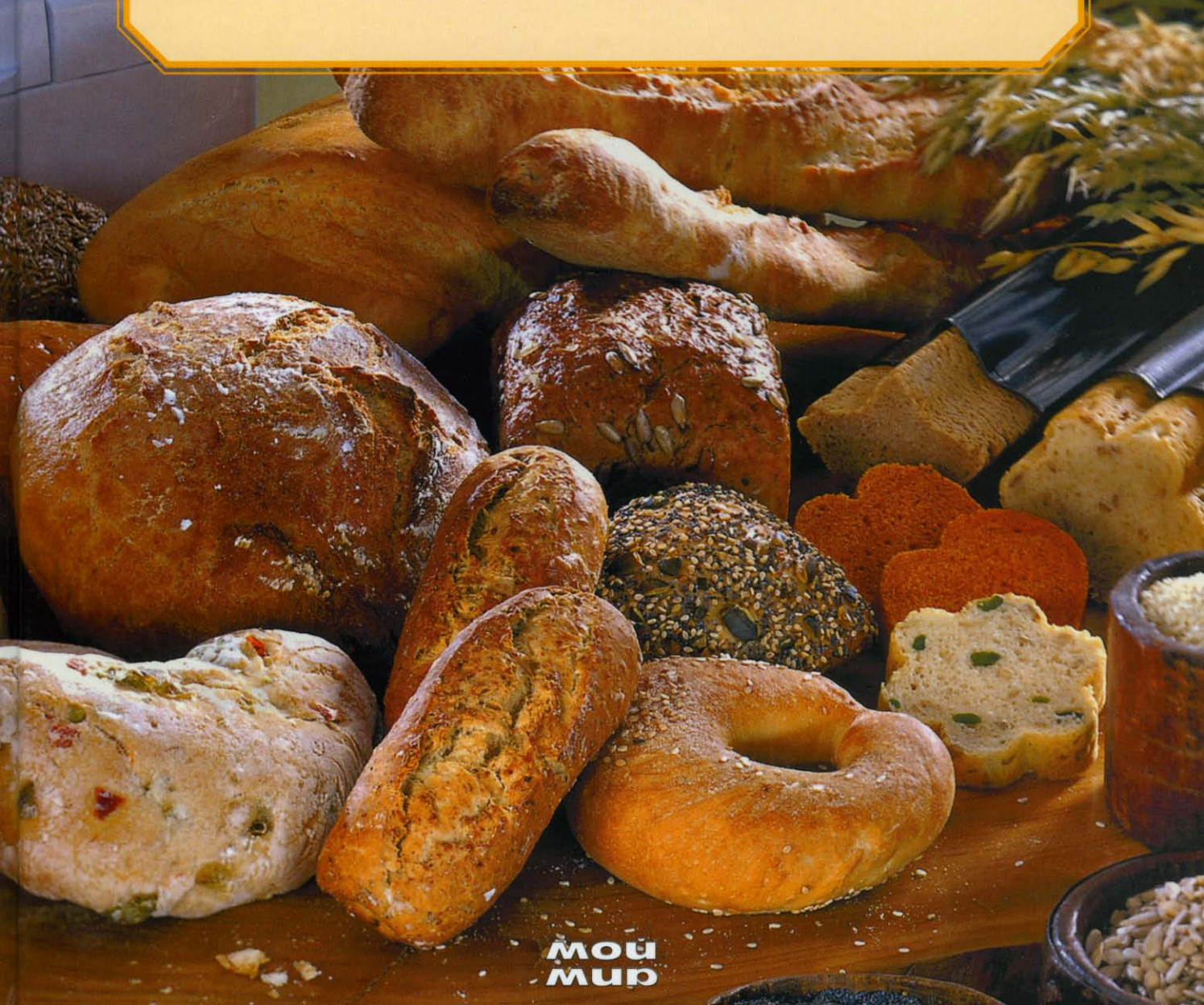


Гертруд Вайдингер

# Домашний хлеб



мой  
мир

## СОДЕРЖАНИЕ

Ободряющий запах	6
Хлеб – основной продукт питания	7
Правильный выбор муки	8
Виды зерна, мука из которого наилучшим образом подходит для выпекания хлеба	9
Приправы для хлеба	11
Придание хлебу формы	12



Как сохранить хлеб свежим	14
Выпекание хлеба в малогабаритных печах-автоматах	15
Выпекание хлеба традиционным способом	18



Главное – правильное планирование действий	22
Дрожжевое тесто	24

## 21 ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА И РЕЦЕПТЫ

Закваска (опара)	26
Тесто для выпекания хлеба с добавлением фермента	28



Хлеб, выпекаемый в печи-автомате	32
Хлеб, выпекаемый в духовке или в печи-автомате	34

## 31 СВЕЖИЙ ХЛЕБ КАЖДЫЙ ДЕНЬ – ЭТО ПРОСТО

Традиционные рецепты выпечки хлеба	40
------------------------------------	----



- Хлеб, выпекаемый  
в печи-автомате* 50
- Хлеб, выпекаемый в духовке  
или в печи-автомате* 52

## 49 ХЛЕБ И БУЛОЧКИ К ЗАВТРАКУ

- Булочки, выпекаемые в духовке  
или в печи-автомате* 56
- Хлеб и булочки, приготовленные  
традиционным способом* 58



- Хлеб, выпекаемый  
в печи-автомате* 64
- Хлеб, замешенный автоматом  
или традиционным способом  
и выпекаемый в духовке* 66

## 63 ХЛЕБ И ВЫПЕЧКА ДЛЯ ВЕЧЕРИНОК

- Хлеб без разрыхлителей  
и стимуляторов подъема теста* 82
- Хлеб, выпекаемый  
в декоративных формах* 84



- Не содержащий глутамина  
хлеб, выпекаемый  
в печи-автомате* 90

## 89 ХЛЕБ: ОСОБЫЕ РЕЦЕПТЫ

- Как распорядиться  
остатками* 92
- Об этой книге* 94

## ОБОЛЬСТИТЕЛЬНЫЙ ЗАПАХ

Стоит аромату свежее испеченного хлеба распространиться по дому, как у всякого это вызывает лишь одну реакцию – «mmm!». Стоит только вдохнуть его, и тотчас же слюнки текут – вкусовые сосочки посылают нам сигнал, – видится хрустящая поджаристая корочка, мы ощущаем непередаваемый вкус, о котором и возвещает этот соблазнительный аромат.

Хлеб, прежде всего испеченный вашими руками, – это не только продукт, способный вас насытить. Таинственным образом хлеб связывает нас со стихиями: землей, на которой мы родились, водой, утоляющей жажду, воздухом, которым дышим, и животворящим солнечным светом, радующим нас.

Поэтому я считаю очень ценной развившуюся за последние десятилетия тенденцию печь хлеб у себя дома, прибегая к помощи техники или же обходясь без нее.

И все это притом, что пекарен и булочных очень много! Крупные пекарни растут, будто грибы после теплого летнего дождя. Почти на каждом углу в любом городе Германии встретишь хлебную лавку, в которой чего только нет. К чему в таком случае заниматься выпечкой хлеба у себя дома?

Причин, побуждающих все большее число наших сограждан отдавать предпочтение хлебу собственного производства, несколько.

■ Кто хоть раз испек и отведал своего хлеба, понимает, что означает этот несравненный запах.

■ Если печешь хлеб сам, то уж наверняка знаешь, из чего он сделан.

■ Свой хлеб значительно вкуснее покупного.

■ Многие вынуждены выпекать хлеб в домашних условиях и из медицинских соображений – например, для того, чтобы получить возможность употреблять в пищу хлеб без клейковины.

■ Выпечка хлеба – повод дать волю своей творческой фантазии.

■ Сам процесс выпечки хлеба – своеобразная психотерапия, успокаивающая и снимающая нервное напряжение.

И не важно, что именно подвигло вас стать домашним пекарем. Желаю вам, чтобы этот творческий процесс пришелся по душе и доставил вам радость.

Рецепты, помещенные в предлагаемой вашему вниманию книге, достаточно просты. Все они опробованы не одним специалистом, за что я им весьма благодарна.

Гертруд Вайдингер

*Мы помним  
во веки веков,  
о Боже: раз мы  
едим и пьем –  
на то есть воля  
Твоя. И мы Тебе  
за то благодарны!*

Молитва

*Не хлеб питает  
нас, а слово  
Божье, в нем  
есть жизнь  
сама и дух наш.*

Ангелус Силезиус

## ХЛЕБ – ОСНОВНОЙ ПРОДУКТ ПИТАНИЯ

### От зерна к хлебу

Почти 20 тысяч лет тому назад людям уже было известно исходное сырье для приготовления хлеба – зерно. Но тогда они еще не знали, как выпекать хлеб, и употребляли в пищу зерна целиком – размягченные или обжаренные. Позже научились перетирать их между двумя камнями в муку и уже из нее готовить кашу. И только спустя еще 10 тысяч лет древние месопотамцы и египтяне догадались придавать этой кашцеобразной массе форму лепешек и выпекать их на раскаленных камнях. Так появился на свет первый хлеб, который, впрочем, и хлебом назвать трудно: главный элемент приготовления теста – брожение — в ту пору люди еще не знали.

### Открытие закваски

Гениальное открытие, что посредством брожения теста, замешенного из муки на воде, можно добиться более мягкого и пышного хлеба, обязано случайности и приписывается кому-то из жителей Древнего Египта: по преданию, он, замесив тесто для хлеба, по каким-то причинам запамятовал о нем, оставив его простоять ночь. Тесто забродило. И оказалось, что хлеб из этого теста куда вкуснее обычного. Рецепт подобного способа изготовления теста очень быстро распространился. И вскоре технология приготовления хлеба из забродившего теста перекочевала из Египта в Месопотамию и Грецию.

Способ приготовления хлеба из забродившего теста стал известен и древ-

ним германцам. Это произошло более двух с половиной тысяч лет тому назад. А в тех местах, как, впрочем, и теперь, вследствие довольно сурового климата возделывали в основном рожь, а не пшеницу, преобладавшую в расположенных южнее регионах Европы.

### Дрожжевой грибок делает тесто мягким

Другой способ подвергнуть тесто брожению – добавить в него дрожжевой грибок. Дрожжевой грибок расщепляет содержащийся в муке сахар в углекислоту и спирт. Именно этим способом издавна пользовались жители Месопотамии. Они научились возделывать виноград, из сока которого путем брожения получали вино. Таким образом им стали известны винные дрожжи.

Однако и после открытия закваски зерно и мука продолжали оставаться основными компонентами для приготовления хлеба. На протяжении длительного времени люди осваивали и усовершенствовали процессы помола зерна в муку и выпечки хлеба – появились мельницы, из камней стали складывать печи. Как следствие, возникли и новые профессии – мельник и пекарь. Сегодня Германия – поистине эльдорадо хлебопечения. На полках магазинов можно увидеть свыше 300 различных сортов хлебобулочных изделий. И, несмотря на это, все больше и больше людей сегодня предпочитают выпекать хлеб у себя дома.

*В Древней Греции «подкисленный» хлеб могли себе позволить только представители зажиточных слоев населения, заказывавших рожь и пшеницу в других странах. А простые греки довольствовались лепешками из ячменной муки грубого помола, высушенной на солнце. Закваска или опара не улучшали вкус выпеченных ячменных лепешек – тесто из ячменной муки, в отличие от ржаной или пшеничной, плохо поддается брожению.*

## ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР МУКИ

### Наилучший вариант – обойная мука

Многие из приведенных ниже рецептов основываются на обойной муке или муке грубого помола, хотя ее вполне можно заменить и мукой высшего сорта (крупчаткой). И если вы взялись за выпекание хлеба и булочек в домашних условиях, то уж, пожалуйста, постарайтесь, чтобы они выгодно отличались от продаваемых в магазинах. Спору нет, на полках магазинов, специализирующихся на продаже «природных» продуктов питания, вы, несомненно, найдете обдирный хлеб очень хорошего качества, без каких-либо химических добавок или консервантов, но подобные продукты довольно дороги, да и состав входящих в них компонентов небогат.

Кроме того, изделия из муки грубого помола и полезнее, и вкуснее, и калорийнее. В любом случае домашний хлеб – не важно, выпечен он при помощи печи-автомата или же нет, куда аппетитнее покупного. Один аромат свежесвепеченного хлеба чего стоит, не говоря уж о приятном волнении во время его приготовления.

### Классификация отдельных сортов муки и различия между ними

Основным компонентом для выпекания хлеба конечно же является мука. Очень многое зависит и от ее сорта. Особый код на упаковке муки указывает на качество ее помола. От степени помола зависит содержание минеральных веществ, витаминов и белка.

### Самые распространенные сорта муки

Пшеничная мука 405	(мука высшего сорта)	Белая мука самого тонкого помола главным образом для выпекания кондитерских изделий
Пшеничная мука 550	(мука 1-го сорта)	Белая мука самого тонкого помола для выпекания белого хлеба
Пшеничная мука 1050	(мука 2-го сорта)	Темноватая мука относительно тонкого помола для выпекания смешанных сортов хлеба
Пшеничная мука 1700		Пшеничная обойная мука (грубый помол, зернышки пшеницы измельчены грубо или сплющены) для выпекания такого хлеба, как «Здоровье»
Ржаная мука	997	Относительно светлая мука тонкого помола для выпекания ржаного хлеба и ржаных булочек
Ржаная мука	1150	Мука среднего помола для выпекания серого хлеба и смешанных сортов хлеба
Ржаная мука	1800	Ржаная обойная мука для выпекания ржаного хлеба грубого помола

Обойную муку всех сортов следует молоть непосредственно перед замесом теста и выпечкой хлеба, чтобы содержащиеся в ней ферменты не подверглись губительным изменениям. Кто не располагает собственной мельницей, может купить муку в магазине. Но и купленная мука должна быть как можно скорее переработана в хлеб – при длительном хранении мука приобретает затхлый запах, а содержащиеся в ней минеральные вещества утрачивают свои ценные свойства.

Так, в 100 г пшеничной муки 405 содержится 405 мг минеральных веществ, в муке 1700 (то есть обойной муки) – 1700 мг минеральных веществ. Следует заметить, что некоторые ферменты и витамины, содержащиеся в обойной муке, например, железо, витамины В<sub>1</sub>, Е, присутствуют в муке высшего сорта (крупчатке) лишь в незначительных количествах. Самая распространенная мука – типа 405, – как мы видим, самая бедная

по части ферментов и минеральных веществ. Основной принцип определения сорта, а следовательно, и качества: чем больше число индекса, тем темнее мука и тем больше в ней белка, витаминов и минеральных веществ. В целях рационального питания и предотвращения так называемых «болезней цивилизации» (например, закупорки вен, атеросклероза) рекомендуется употреблять в пищу хлеб из муки грубого помола.

## ВИДЫ ЗЕРНА, МУКА ИЗ КОТОРОГО НАИЛУЧШИМ ОБРАЗОМ ПОДХОДИТ ДЛЯ ВЫПЕКАНИЯ ХЛЕБА

Пшеница (в особенности мягкие ее сорта) – зерно, содержащее в большом количестве клейковину и крахмал. Вследствие этого пшеничная мука великолепно подходит для выпекания хлеба. Продукты из нее отличаются устойчивостью и одновременно эластичностью, а структура их – мелкопористостью.

Спельта (*Triticum spelta* L.) и зеленое хлебное зерно – близкие родственники пшеницы. Спельта считается первоначальным видом пшеницы, поэтому в ней также много клейковины и белка, и она, как и пшеница, используется для выпекания тонких сортов хлебобулочных изделий. Благодаря книге Хильдегард фон Бинген в последние годы популярность спельты возросла. Зеленое хлебное зерно – то же самое, что недозревшая спельта (достигшая молочной зрелости), чуть

подсушенная (подвергнутая горячей сушке). В некоторые сорта хлеба из пшеницы добавляют спельту или зеленые хлебные зерна.

Рожь – самый важный из отечественных видов зерна для производства хлебобулочных изделий. Ржаная мука используется в основном для выпечки черного хлеба на закваске. Процент клейковины в ней ниже, чем в пшеничной муке или муке спельты. Поэтому часто к ржаной муке добавляется некоторое количество спельты или пшеницы. Такие смешанные сорта хлеба отличаются более тонкой структурой и наличием мелких пор, чем у хлеба из одной только ржаной муки. Овсяная мука также популярный компонент для добавки к пшеничной муке наряду со спельтой или зеленым хлебным зерном.

Однако овес отличается небольшим процентом крахмала, в нем избыточ-

*В гречневой муке, кукурузной, просяной, рисовой, соевой, муке каштана и турецкого гороха, или нута (Cicer L.), клейковина практически отсутствует. Это означает, что при выпечке из них хлеба в тесто необходимо добавлять связующие вещества, такие, как яйцо или молотые зерна плодов рожкового дерева (биобин, который можно приобрести в специализированных магазинах), в противном случае изделия из этого теста разваливаются. Рецепты для выпекания хлеба без клейковины представлены начиная со страницы 90 книги.*

ное содержание жира. Овес прекрасно перерабатывается в овсяные хлопья, а затем в муку и может служить заменой пшеничной муке (но помните, что содержание овсяной муки не должно превышать одной трети от общего количества муки).

Овес обладает легкоусваиваемыми углеводородами и способствует выработке организмом гормона под названием серотонин, ответственного за наши положительные эмоции.

Ячмень также используют при смешивании с другими видами зерна (главным образом с пшеницей, спельтой, реже с рожью); поскольку содержание клейковины в ячмене невелико, он не может быть основным компонентом для приготовления хлеба из дрожжевого или заквасочного теста. Хлеб с примесью ячменя отличается терпковатым вкусом.

Просо считается ценным злаком из-за содержащихся в нем минеральных веществ, зато в нем не хватает клейковины. В смеси с другими злаками просо придает хлебу неповторимый

вкус. Иногда просо (маленькие кругленькие желтые зернышки) добавляют в хлеб немолотыми – для придания хлебу натурального «зернового» вкуса.

Гречиха (*Fagopyrum L.*) хорошо сочетается с пшеницей, спельтой и рожью при приготовлении муки для выпекания хлеба. Строго говоря, гречиха к хлебным злакам не относится. Речь идет скорее о зерне семейства гречишных (*Polygonaceae Juss.*). Это хорошо видно по форме зерен гречихи, мало чем напоминающих настоящие хлебные злаки и сравнительно мягких по своей структуре. Выпечка с добавкой гречишной муки приобретает резкий и чуть горьковатый вкус.

Кукуруза, рис, соя, турецкий горох и каштан посевной (*Castanea sativa Mill.*) также перерабатываются в муку. Но для выпекания хлебобулочных изделий муку перечисленных злаков необходимо добавлять в пшеничную муку или муку из спельты в меньших количествах, чем основная.

*Анис, фенхель и тмин считаются классическими добавками при изготовлении хлеба. Употребление подобного хлеба позволяет избавиться от таких неприятных явлений, как метеоризм и боли в животе.*





## ПРИПРАВЫ ДЛЯ ХЛЕБА

Обычные приправы для выпекаемого хлеба – это, как правило, анис, фенхель, кориандр и тмин, взятые в равных пропорциях. Подобный набор продается в магазине. Однако вы можете придумать и свой собственный состав приправ, который придаст вашему хлебу уникальный вкус.

### **Что можно использовать в качестве приправ**

**Семена и зерна** кунжута, мака, подсолнуха, а также льняное семя, орехи, анис, фенхель, кардамон, кориандр, тмин, чернушку (*Nigella L.*), пимент (ямайский, гвоздичный перец), обычный перец (красный, зеленый, черный, белый), семена горчицы и т.д.

**Травы и корни** тимьяна, майорана, орегано (душицы), базилика, розмарина, в небольших количествах также и иссоп (*Hyssopus L.*) шалфей, лист лаванды, конечно же зелень и корень пе-

трушки, лук-резанец, укроп, кресс-салат, имбирь и т.д.

**Сладкие приправы для хлеба** – иллициум (*Illicium L.*), анис, фенхель, гвоздика, корица, ваниль (палочка), мелкий и крупный изюм, сухофрукты, цедра и цукаты из апельсиновых (померанцевых, лимонных) корочек, различные сорта сахара, меда, различные сгущенные соки и сиропы (например, кленовый, грушевый и др.), экстракт солода.

**Соль.** Ни одному хлебу не обойтись без соли! Даже если речь идет о сладком хлебе, все равно в муку необходимо добавить немного соли для улучшения качества теста. Но все же бывают и исключения: хлеб для больных, страдающих заболеванием почек, должен быть бессолевым, однако в нем могут присутствовать в избытке другие приправы.

### **Внимание!**

- Не переусердствуйте с приправами, не кладите слишком много различных приправ в тесто, лучше ограничьтесь одной-двумя.
- Следите за тем, чтобы выбранные вами приправы хорошо сочетались друг с другом (например, тимьян–орегано или кориандр–тмин).
- Приправы для теста должны перерабатываться по возможности свежими, то есть семена следует измельчать непосредственно перед добавлением в тесто, травы должны быть только что с огорода. Если же вы используете сушеные приправы, то их необходимо перетереть пальцами, когда они уже будут в тесте.

*В качестве приправы вы можете добавить в хлеб сыры, отличающиеся интенсивным ароматом и вкусом. Натертый на терке и добавленный в тесто сыр вбирает в себя жидкость и придает тесту эластичность.*

*Не забудьте положить в тесто щепотку соли. Основное правило: 1 ч. л. соли на 250 г муки. Правило не распространяется при приготовлении диетических сортов хлеба, например, для страдающих заболеваниями почек.*

## ПРИДАНИЕ ХЛЕБУ ФОРМЫ

Приготовленному и замешанному вручную или же в машине тесту можно придать ту или иную форму. Хлеб в форме можно выпекать и в малогабаритных печах-автоматах для выпечки хлеба.

### Форма на ваш вкус

Тесто для выпечки хлеба, которому вы придали желаемую форму – круглую или продолговатую, – укладывается на противень. На нем тесто должно подойти еще раз, «дозреть», перед тем как вы поместите его в духовку. Придание тесту определенной формы – вещь непростая, для этого необходимо выработать в себе «чутье» на тесто, которое вы замешиваете – если консистенция теста слишком мягкая, выпеченный хлеб может растечься по всему противню. Но – выше голову – с опытом приходит умение придать хлебу форму по своему усмотрению! Если вы пожелали придать хлебу форму еще в процессе подхода теста, вам помогут различные формы – для выпекания ромовой бабы или пудинга. Удлиненные формы сначала посыпают мукой, после этого помещают в них тесто, где оно подходит еще раз. После этого форму ставят в предварительно разогретую духовку непосредственно для выпекания хлеба.

**СОВЕТ.** Необходимо обильно посыпать мукой форму, в противном случае тесто прилипнет к ней. После выпекания следует очистить форму сухой щеточкой от остатков хлеба – во избежание того, что их облюбуют для

обитания такие нежеланные гости, как мучные жучки.

### Формы для выпечки

Наиболее распространены разъемные или сплошные (прямоугольные) формы для выпекания хлеба. Чтобы избавиться себя от всякого рода сюрпризов (если ваше тесто чуть жидковато), воспользуйтесь этими проверенными временем приспособлениями. Впрочем, в качестве формы годятся любые емкости круглой или овальной формы, главное, чтобы они были изготовлены из жаропрочных материалов. Например, формы из йенского жаропрочного стекла, различные чаши или миски.

### Декоративные формы

Такого рода формы представляют собой открытые с обеих сторон трубки небольшой длины с различной формой сечения: в виде сердечка или звездочки, цветка или той или иной замкнутой геометрической фигуры – овала, окружности, треугольника и т.д. Сначала форму закрывают снизу крышкой и на одну треть заполняют тестом, после чего закрывают крышкой сверху и на некоторое время ставят в теплое место, чтобы дать тесту подойти. Не забывайте, что при выпекании хлеба в духовке формы должны располагаться только вертикально! Эти формы снабжены противопожарным покрытием, их сразу же после использования необходимо очистить от остатков хлеба мягкой щеткой и ополоснуть горячей водой.

*Очень привлекательно выглядит хлеб, выпеченный в фигурной форме, например предназначенной для выпечки ромовой бабы или пудинга.*

*Желаете испечь небольшие булочки? Воспользуйтесь формой для оладий.*

**Преимущества такой формы:** готовый хлеб получается хрустящим, и вы можете нарезать из него самые разнообразные заготовки для бутербродов. А если каждую трубу формы заполнить тестом разной окраски, это даст вам дополнительные возможности для всякого рода импровизаций.

**Недостатки:** поскольку при выпекании хлеба формы приходится располагать вертикально, перед тем как их приобрести, убедитесь, что они поместятся в вашей духовке. Кроме того, тесто для них не должно быть слишком мягким, иначе оно протечет снизу. Очистка, этих форм – дело нелегкое. Однако как бы то ни было, преимуществ у них все же куда больше: возможности для импровизаций воистину безграничны!

**Перед выпеканием хлеба в римском горшке** (глиняный горшок овальной формы для тушения мяса и овощей, изобретенный в Древнем Риме. – *Прим. пер.*) необходимо в соответствии с прилагаемой к изделию инструкцией увлажнить водой нижнюю его часть и обильно выложить алюминиевой фольгой.

### Цветочные горшки

Хлеб вполне можно выпекать и в самом обычном цветочном горшке. Луч-

ше взять, конечно, новый, неиспользованный глиняный горшок или же глиняную миску для цветов. Выпекаемый в них хлеб просто великолепен – он покрыт аппетитной хрустящей корочкой, да и на вкус столь же хорош. Если вы все же решились выпекать хлеб в этой форме, перед тем как поместить в нее тесто, форму следует подготовить. Тщательно вымойте горячей водой и высушите горшок. После этого кисточкой основательно промаслите его изнутри, затем поместите горшок без теста примерно на 30 минут в предварительно разогретую до 220 °С духовку. Да, готовьтесь к тому, что вам придется столкнуться с неприятным запахом, дымом, но – поверьте – ваше терпение воздастся сторицей! После охлаждения горшка процедуру повторите, и только после этого вы можете использовать горшок в качестве формы для выпекания хлеба.

**Внимание!** Не помещать в горшок слишком много теста – иначе оно перельется через края горшка. Если вы собираетесь и в будущем использовать горшок для выпекания хлеба, то перед каждой выпечкой не забывайте смазывать его маслом (остатки масла не смывать – так вы смоете так называемую «патину», образовавшееся импровизированное противопопригарное покрытие).

**Совет.** Выпеченный в цветочном горшке хлеб – ароматный, питательный, внешне привлекательный продукт, который не стыдно преподнести в качестве подарка.

Декоративные формы для выпекания хлеба позволят вам варьировать форму хлебобулочных изделий.



## КАК СОХРАНИТЬ ХЛЕБ СВЕЖИМ

Прежде всего вынутые из автомата или духовки свежее испеченные булочки необходимо завернуть в кухонное полотенце и положить в таком виде на решетку для охлаждения. Оставшийся после еды хлеб следует хранить в прохладном и хорошо проветриваемом месте, например, в каменном горшке, прикрытом сверху салфеткой, или же в специальных хлебницах, предназначенных для хранения хлеба.

### **Остерегайтесь плесени!**

Никогда не кладите свежий хлеб в герметические пластиковые пакеты – там возникает опасность образования плесени! Холодильник также мало пригоден для хранения: в нем хлеб сохнет, поскольку в холодильнике влажность поглощается, кроме того, ухудшается и вкус.

### **Свежий или «созревший»?**

Основное правило: хлеб из дрожжевого теста с большим содержанием пшеничной муки рекомендуется съедать как можно скорее. Хлеб из теста с закваской с большим содержанием ржаной муки, напротив, неплохо выдержать день-два и лишь потом потчевать гостей или есть самому. Что же касается хлеба из смешанной муки (из дрожжевого теста или же заквасочного), тут сроки особой роли не играют.

### **Глубокая заморозка**

Если нарезать свежий и хорошо охлажденный хлеб на порции, завернуть

их в алюминиевую фольгу, поместить в плотный, герметично закрывающийся пакет для заморозки хлеба, а его в морозильник – вы всегда будете иметь под рукой свежий хлеб. При необходимости такой хлеб извлекают из морозилки и дают ему оттаять при комнатной температуре. Для быстрого оттаивания можно использовать и тостер (если хлеб уже нарезан на ломтики).

**СОВЕТ.** При правильном соблюдении условий хранения замороженный хлеб не утрачивает вкусовых качеств и питательных свойств. После оттаивания он такой же свежий, правда только не такой хрустящий.

Нетрудно заготовить впрок и булочки к завтраку. Для этого следует недопечь их – выпекать половину необходимого для выпечки времени, затем охладить, поместить в герметический пакет и положить в морозильник. Для приготовления булочек следует вынуть их из пакета, выложить на противень в предварительно разогретую до 220° С духовку (температура при принудительной подаче воздуха – 200° С, регулятор плиты – в положении 4) и допечь их до конца. Если вы решили подвергнуть заморозке уже готовые булочки, то перед подачей на стол поместите их на 5–7 минут в предварительно разогретую до 220° С духовку (температура окружающего воздуха 200° С, регулятор плиты – в положении 4) и выпекайте до появления хрустящей корочки.

*Недопеченные булочки прекрасно сохраняются в замороженном виде. Замороженные половинки булочек перед оттаиванием необходимо заранее вынуть из морозильной камеры и достать из пакета, в котором они находились.*

## ВЫПЕКАНИЕ ХЛЕБА В МАЛОГАБАРИТНЫХ ПЕЧАХ-АВТОМАТАХ

В последнее время все больше и больше домохозяек предпочитают выпекать хлеб в специальных малогабаритных печах-автоматах для выпечки хлеба.

Такие устройства отличаются друг от друга размерами, производительностью, стоимостью и предприятиями-изготовителями. Перед покупкой печи лучше заранее заpastись информацией из различных источников. При этом вы должны в первую очередь руководствоваться собственными потребностями (или потребностями вашей семьи) в хлебе, а также насколько удобно для вас будет водрузить установку у себя на кухне так, чтобы она не мешала приготовлению пищи и не загромождала помещение. Помните, что в разных магазинах цена на одну и ту же модель будет неодинаковой.

### **Что может автомат?**

Несмотря на большое разнообразие установок, они все обладают сход-

ными встроенными программами (хотя обозначения могут отличаться друг от друга), и эксплуатация их особой сложности не представляет.

### **На что следует обратить внимание при приобретении печи-автомата для выпекания хлеба**

■ Мощность электродвигателя должна позволять обработку и густого теста.

■ Тестомесительные крючки должны быть надежными по своей конструкции и изготовлены из прочных материалов.

■ Торговое предприятие, где была приобретена установка или гарантийная мастерская, должны располагаться в пределах досягаемости на случай ремонта или замены вышедшей из строя установки.

### **Как обращаться с печью-автоматом для выпекания хлеба (приготовления теста)**

1. Слегка повернув форму для выпечки против часовой стрелки, извлеките ее.

### **Важнейшие функции печи-автомата для выпекания хлеба**

- Выпекание хлеба – без предварительной установки времени выпечки или же с его установкой.
  - Приготовление теста (то есть тесто замешивается автоматически, но без выпечки – речь идет о тесте для пиццы, булочек, пирогов и т.д.).
  - Только выпечка изделий из уже приготовленного вами теста.
- Программа «Выпечка хлеба» подразделяется на типы, например: «Обычный», «Полноценный» и «Хлеб с изюмом». Так или иначе вам предстоит исходить из инструкции по эксплуатации приобретенной вами печи.

*При покупке печи-автомата для выпекания хлеба прежде всего необходимо обращать внимание на ее качество, а не ставить во главу угла лишь стоимость (дешевизну) товара! Что касается автора данной книги, то – как говорится – скупой платит дважды: мой первый автомат уже через два дня сломался!*

*Вместе с автоматом приобретите себе пару специальных перчаток или надежных кухонных рукавиц – они предохранят вас от ожогов – емкость для выпечки хлеба очень горячая.*

2. Насадить крючок для замеса теста на привод на дне формы для выпечки.
3. Высыпать в форму сухие дрожжи (в некоторых типах установок этот этап является завершающей стадией).
4. Высыпать муку и другие сыпучие компоненты, затем добавить жидкие.
5. Заполненную компонентами форму снова поместить в установку и закрыть крышку установки.
6. Присоединить сетевой шнур к розетке, включить прибор и выбрать желаемую программу выпечки.
7. Выбрать тип выпекаемого хлеба, количество и степень обжаристости (на индикаторе высвечивается время выпечки).
8. В случае необходимости воспользоваться режимом предварительной установки времени – прикиньте, сколько времени должно уйти на выпечку хлеба.
9. После этого нажать на клавишу «Старт».
10. При выборе программы «Хлеб с изюмом» через какое-то время раздастся звуковой сигнал: теперь внести все компоненты, добавляемые целиком – изюм, фрукты, зерна, и закрыть крышку. Выполнение программы автоматически продолжится.
11. Когда хлеб выпечен, снова раздастся звуковой сигнал. Теперь вам необходимо нажать клавишу «Стоп» и, надев на руки перчатки, вынуть форму (см. п. 1). Накрытый салфеткой готовый хлеб поместить для полного его охлаждения на кухонную решетку.
12. Извлечь тестомесильный крюк из готового хлеба.

### ***О чем нужно помнить при работе с хлебопекарной печью-автоматом***

- Установка должна располагаться на достаточно широкой и устойчивой поверхности.
- Емкость для выпечки и тестомесильный крюк должны содержаться в чистоте (грязный крюк – идеальное место для появления бактерий и плесени).
- Необходимо следить за тем, чтобы вентиляционные отверстия всегда оставались открытыми и обеспечивался достаточный зазор между ними и стеной (или же другими предметами, поскольку в рабочем состоянии печь-автомат для выпечки хлеба довольно сильно нагревается).
- После первичного замеса не открывать печь во избежание нарушения процесса подхода теста.
- В таймерном режиме рекомендуется работать лишь в тех случаях, если в число компонентов теста не входят свежие яйца, жидкая закваска, молоко или молочные продукты.
- По завершении выпечки необходимо сразу же извлечь готовый хлеб из печи, в противном случае он начнет «отпотевать», что повлечет образование капель конденсата на стенках формы для выпечки.

### **Указания относительно рецептуры хлеба, который вы предполагаете выпекать в хлебопекарной печи-автомате**

Все рецепты составлены таким образом, чтобы вес готового хлеба находился в пределах 750–1000 г. Все рецепты основываются на технологическом процессе хлебопекарной печи-автомата типа Panasonic SD 250, согласно которому сначала в емкость для выпечки хлеба кладутся сухие дрожжи, затем все остальные сухие компоненты, а жидкие – только в конце. В печах-автоматах других типов последовательность может быть такой же, но может быть и обратной. Следует внимательно ознакомиться с инструкцией по эксплуатации приобретенной вами печи-автомата и выяснить, какую именно последовательность предусматривает фирма-изготовитель.

### **Преимущества выпекания хлеба в печи-автомате**

- Меньшие затраты труда.
- Простота обслуживания установки.
- Из всей кухонных предметов Вам потребуются лишь весы.
- На вашем столе всегда будет свежий хлеб к завтраку, и необходимость бежать в булочную ранним утром отпадет.
- Хлеб испечен в полном соответствии с вашими запросами и предпочтениями.
- Домашняя хлебопекарная печь-автомат дает поистине неограниченные возможности для экспериментирования.
- Домашняя хлебопекарная печь-автомат – устройство неприхотливое, а вкусовые и иные качества выпекаемо-

го в ней хлеба вполне приемлемы даже в тех случаях, когда консистенция теста получалась не совсем удачная.

■ Очень легко замешивать тесто для небольших хлебобулочных изделий.

### **Недостатки выпекания хлеба в печи-автомате**

■ Выпекаемый в домашней хлебопекарной печи-автомате хлеб всегда одной и той же формы.

■ Некоторым недостает в таком хлебе аппетитных и хрустящих хлебных корок.

■ Для извлечения месильного крюка из готового хлеба требуется определенная сноровка – иначе каравай свежееиспеченного хлеба получится дряблым.

■ При замешивании и приготовлении теста отсутствует «ощущение процесса».

■ Как только в тесто добавлены все компоненты и в печи начался процесс выпечки, прервать его уже невозможно.

■ Если хлеб не пропекся, крайне трудно его допекать до готовности. В особенности это касается выпечки хлеба в таймерном режиме, если вы по каким-то причинам не услышали звуковой сигнал.

■ Перед повторной выпечкой печь-автомат должна полностью охладиться, что занимает определенное время.

■ Домашняя хлебопекарная печь-автомат – установка, занимающая место и потребляющая электроэнергию. Однако, несмотря на все перечисленные недостатки, хлеб, испеченный печью-автоматом, остается удачной альтернативой покупному.

### **Возможные ошибки при работе с домашней хлебопекарной печью-автоматом**

■ **Выпеченный хлеб оседает сверху. В этом случае следует уменьшить количество жидких компонентов.**

■ **Выпеченный хлеб получается излишне клейким. Следует либо уменьшить количество жидких компонентов, либо добавить больше муки.**

■ **Хлеб слишком поднялся – следует уменьшить количество дрожжей.**

## ВЫПЕКАНИЕ ХЛЕБА ТРАДИЦИОННЫМ СПОСОБОМ

### Что вам необходимо

**Ваши руки.** Ваши пять пальцев – простейший инструмент для замешивания теста. На курсах повышения квалификации много лет назад автор данной книги во время одной из лекций услышал термин «природная поварешка» – так лектор окрестил наши пальцы. И впоследствии, всякий раз обращаясь к этому «инструменту», я с благодарностью вспоминаю приведенный эпитет. Ведь он годится и для замешивания, и для раскатывания теста, да и обращение с ним особых трудностей не вызывает.

**Миска** – широкая и глубокая – очень удобная посуда для замешивания теста. Для этих целей подойдет любая миска диаметром не менее 30 см. И будет ли она из пластика керамики или металла, в принципе безразлично. Главное, чтобы ваша миска не впитывала посторонние запахи и легко мылась.

**Скребок для теста.** Следующий полезный инструмент – скребок для теста. Изготовленный из эластичного пластика или резины скребок поможет вам избавиться от остатков теста на миске и точно и аккуратно делить тесто на порции.

**Мерный стакан и весы.** Оба предмета важны на самом первом этапе приготовления – большое значение имеет точная дозировка компонен-

тов. Со временем, когда вы научитесь отмерять необходимое количество компонентов для приготовления теста вручную, они утратят актуальность.

**Противень** необходим в тех случаях, когда вы решили при выпечке хлеба обойтись без формы. Тесто укладывают на обильно посыпанный мукой противень, дают ему некоторое время «дозреть», после чего помещают в предварительно разогретую духовку или печь.

**Ручной миксер,** кухонный комбайн. Данные устройства (при наличии в них соответствующих месильных крюков) также помогут вам приготовить тесто. Естественно, что время, затраченное на замешивание, существенно сокращается, к тому же вы экономите силы и энергию. Если вы замешиваете очень густое тесто, то необходимо следить за тем, чтобы миксер не перегрелся.

### Преимущества традиционного способа выпечки хлеба

- Ни с чем не сравнимое ощущение собственной причастности к процессу выпечки хлеба.
- Возможность в любую минуту изменить ход процесса приготовления теста – например, добавить тот или иной компонент или приправу.
- Возможность начать выпечку хлеба тогда, когда тесто действительно «дозреет».

При традиционном, веками испытанном способе приготовления теста отпадает необходимость в хитроумных приспособлениях. Следует помнить: вся посуда, которую вы используете, должна содержаться в идеальной чистоте, в противном случае она превратится в источник плесени.



### Наиболее часто встречающиеся ошибки при приготовлении теста ручным способом

- Тесто получилось слишком клейкое – необходимо увеличить продолжительность выпечки и повысить температуру выпечки.
- Приготовленный вами хлеб жесткий и слишком плотный – снизить температуру выпечки и увеличить количество жидких компонентов.
- Поверхность хлеба слишком темная, а внутри он не пропечен – выпекать хлеб на самой нижней полке духовки и уменьшить температуру выпечки.
- Выпеченный хлеб слишком плоский – уменьшить количество жидких компонентов, либо увеличить время подхода теста.
- Выпеченный хлеб получился с растрескавшейся коркой – сократить время подхода.

### Недостатки традиционного способа выпечки хлеба

- Необходимость тщательного планирования времени.
- Невозможность оставить хлеб выпекаться длительное время без присмотра.

### Температурный режим при выпечке хлеба

Приведенная в рецептах температура основывается на выпекании хлеба в обычной духовке. Если вы пользуетесь духовкой с принудительной подачей горячего воздуха, температура

выпечки должна быть примерно на 20 °С ниже. Разобраться с температурой вам поможет помещенная ниже таблица:

Обычная электроплита	Принудительная подача горячего воздуха	Положение регулятора плиты
160 °С	140 °С	1
180 °С	160 °С	2
200 °С	180 °С	3
220 °С	200 °С	4
240 °С	220 °С	5

*Старайтесь выделить на выпечку хлеба достаточно времени – всякая спешка в этом деле может обернуться неудачей, например, вы не дадите тесту как следует подойти. В среднем приходится исходить из следующего: 1 час времени на 1 кг хлеба.*





The image shows a wooden tray filled with almond cookies, a metal bowl with almond flour, and a small pile of cookies on a paper liner. The text is overlaid on a yellow banner in the center.

**ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА  
И РЕЦЕПТЫ**

## ГЛАВНОЕ – ПРАВИЛЬНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЕЙСТВИЙ

*На самом деле выпекать хлеб – навык не из архитрудных и обрести его по силам даже новичку.*

*Необходимо задолго до начала выпечки подготовить все необходимые компоненты. Если они находились в холодильнике, то должны достичь комнатной температуры.*

Возможно, вы уже слышали такое мнение: мол, выпечка хлеба вручную – дело настолько хлопотное, что лучше уж прибегнуть к помощи автомата, однако хочу заверить вас, что при условии верной организации труда (например, приготовить тесто заранее и поставить его в холодильник) затраты не так уж и велики.

### **Основные правила, которые необходимо соблюдать при выпечке хлеба традиционным способом**

Первым делом не смущайтесь – выпекать хлеб дело не такое уж и сложное. Это вам скажет любая хозяйка, освоившая эту нехитрую премудрость. Следует лишь помнить об основных правилах.

#### **Правило 1**

Первые и самые главные компоненты – время и терпение. Это отнюдь не означает, что вы должны все свое время посвящать выпечке хлеба. Скорее, речь идет о том, чтобы вы располагали достаточным временем, необходимым для брожения теста. Дело в том, что изделия из полноценно подошедшего теста всегда легче и пышнее.

#### **Правило 2**

Вторые по значению составляющие – тепло и отсутствие сквозняков. В вашей кухне должно быть тепло и не должно быть сквозняка. Все компоненты необходимо заранее вынуть из холодильника и довести их до комнатной температуры.

#### **Правило 3**

В зависимости от сорта и типа применяемой муки изменяются качество и структура теста, вкус и внешний вид изделия. Для новичков при приготовлении теста лучше всего воспользоваться мукой из спельты и пшеницы с добавкой дрожжей. Ржаная мука обычно используется не с дрожжами, а с закваской.

#### **Правило 4**

Любое тесто допускает замену светлой муки (муки высшего сорта, крупчатки) на обойную муку. Следует, правда, помнить, что при приготовлении теста из обойной муки из-за большего количества содержащихся в ней балластных веществ необходимо добавлять в него больше жидких компонентов. Больше времени уйдет и на то, чтобы тесто хорошо подошло.

#### **Правило 5**

Если вы решили использовать обойную муку, помол ее должен быть по возможности мельче. Применение обойной муки крупного помола допустимо лишь в смеси с мукой тонкого помола – лишь в этом случае вы можете рассчитывать на хорошие

результаты – крупные частицы муки затрудняют процесс брожения.

### Правило 6

Для проверки готовности выпекаемого хлеба обычно используется деревянная игла. После того как вы проткнули и вытащили иглу из выпекаемого изделия, она должна оставаться сухой – это признак готовности. Но если у вас по каким-либо причинам нет под рукой иглы (или тонкой палочки), воспользуйтесь другим испытанным методом – «выстукивания». Необходимо постучать ногтем по корке выпекаемого изделия. Если при этом услышите характерный для полого предмета звук, можете спокойно извлекать хлеб из печи – он готов.

### Компоненты для брожения и разрыхления теста

Данные компоненты различаются в зависимости от сорта и типа используемой муки, различно и их воздействие на процесс брожения теста. В основном следует помнить, что:

**Дрожжи** применяются для скорейшего подхода теста, главным образом, из пшеничной муки или муки из спельты. Для выпеченного из такого теста хлеба нехарактерен какой-то особый вкус. Но, чтобы хлеб был вкусным и легким, необходимо замешивать тесто на пахте. Правда, он засыхает довольно быстро, так что старайтесь поскорее употребить его в пищу.

**Совет.** Не следует подвергать дрожжи нагреву свыше 40 °С (а свежие

дрожжи ни в коем случае не оставлять на солнце). Самая эффективная температура 30–37 °С. Брожение ускорится, если к дрожжам добавить немного сахара или другого подсластителя.

**Закваска** (опара) применяется в основном при приготовлении теста из ржаной муки. Для хлеба из ржаной муки характерен специфический кисловато-пряный вкус. Такой хлеб тяжелее пшеничного, но зато дольше не черствеет.

**Фермент** для выпечки является прекрасным средством стимуляции брожения теста, к тому же не имеет собственного вкуса. Фермент для выпечки представляет собой своего рода закваску из смеси пшеницы, воды, меда и гороховой муки. Фермент можно приобрести в специализированных магазинах, реализующих натуральные продукты в виде гранул (например, фермент, выпускаемый фирмой «Зекова»). При применении ферментов для выпечки следует неукоснительно следовать инструкциям по его применению, помещенным на фабричной упаковке.

**Разрыхлитель теста** – знакомое любой хозяйке средство. Дело в том, что хлебное тесто значительно тяжелее, чем тесто для кондитерских изделий, поэтому разрыхлитель теста не применяют при изготовлении хлебного теста.

*Средства для брожения обеспечивают воздушность и рыхлость теста.*

*Фермент для выпечки используется в изготовлении теста как из ржаной, так и из пшеничной муки. Хлеб, выпеченный с применением фермента, эластичнее, рыхлее и отличается нейтральным вкусом (не таким, как из дрожжевого теста).*

## ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО

Базовое количество компонентов для выпечки хлеба из дрожжевого теста:

- 20–30 г свежих дрожжей (2 чайных ложки сухих дрожжей) на 500 г муки;
- 40–50 г дрожжей (3,5–4 чайных ложки сухих дрожжей) на 1000 г муки;

■ 150–200 г закваски на 1 кг муки (при небольшом количестве хлеба из дрожжевого теста и меньшем времени подхода теста);

■ 100–125 г закваски на 1 кг муки (при большом объеме теста и большем времени подхода).

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 500 г муки  
(тип 550, мука 1-го сорта)
- 25 г дрожжей
- Немного сахарного песка
- Примерно 300 г теплой воды
- 0,5 ч. л. соли
- Приправы по вашему выбору

## ТЕСТО ДЛЯ ХЛЕБА НА СВЕЖИХ ДРОЖЖАХ

**1.** Высыпать в миску муку, в центре сделать углубление, в углубление положить щепотку сахарного песка и раскрошить дрожжи. Дрожжи залить водой и добавить к ним небольшое количество муки.

**2.** Прикрыть миску салфеткой и поставить опару в теплое место до тех пор, пока тесто не удвоится в объеме.

**3.** Добавить к подошедшему тесту приправы и оставшуюся воду, после чего замесить тесто (вручную или же с применением соответствующего механизма) до тех пор, пока оно не станет упругим.

**4.** Как только вы убедитесь, что тесто больше не прилипает к стенкам миски, придайте ему продолговатую форму буханки.

**5.** Снова поместить вылепленную из теста буханку в миску, прикрыть миску салфеткой и поставить в теплое место без сквозняков до удвоения его объема.

**6.** Затем еще раз промесить тесто и снова придать ему форму буханки (или же поместить в соответствующую форму). Дать буханке немного «дозреть», а тем временем предварительно разогреть духовку (более точные указания насчет температуры согласно конкретному рецепту).

### СОВЕТЫ

■ Форма для выпечки должна быть хорошо смазана. Для смазки формы рекомендуется использовать обезвоженные жиры, например растительное масло.

■ Если вы захотели посыпать хлеб мелко нарезанными травами, рекомендуется, перед тем как поместить хлеб в печь, смазать его поверхность водой, молоком (можно даже кофе) или же другой жидкостью, а приправы наносить уже на увлажненную поверхность.

## ТЕСТО ДЛЯ ХЛЕБА НА СУХИХ ДРОЖЖАХ

**1.** Смешать муку, сухие дрожжи, сахарный песок и соль. Добавить к смеси воду, после чего замесить гладкое, эластичное тесто.

**2.** Замешивать тесто до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к стенкам миски, после чего придать ему продолговатую форму буханки.

**3.** Прикрыть миску с тестом салфеткой и поместить ее в теплое место без сквозняков. Дать тесту подняться до удвоения объема.

**4.** Снова замесить тесто и поместить его в форму для выпечки (или же придать ему продолговатую форму буханки). Разогреть духовку до нужной температуры.

### СОВЕТЫ

■ Свежие дрожжи, продаваемые обычно в виде кубиков (весом по 42 г) вполне заменимы сухими дрожжами. Сухие дрожжи поступают в продажу в расфасовке по 7 или 11 г, их удобно закупать впрок по нескольку упаковок. В зависимости от расфасовки количество сухих дрожжей соответствует половине или же целой палочки обычных дрожжей (более точное соотношение указано на упаковке).

■ Дрожжевое тесто можно заготовить и впрок (охлажденные компоненты, хранение на холоде). Но этому тесту требуется куда больше времени на то, чтобы подойти, зато оно обладает одним неоспоримым преимуществом — его как угодно долго можно хранить в сильно охлажденном виде. Рецепт по приготовлению хлеба из такого теста вы найдете далее в книге.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 4 стакана (примерно по 75 г каждый) пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 1 пакетик сухих дрожжей (7 г)
- Щепотка сахарного песка
- 0,5 ч. л. соли
- 1 стакан воды (145 г)



## ЗАКВАСКА (ОПАРА)

Для ускорения процесса брожения опытные пекари добавляют к закваске несколько колечек репчатого лука или рассол квашеной капусты.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 125 г теплой воды
- Примерно 125 г ржаной муки (тип 997, мука тонкого помола)
- 1 щепотка молотого тмина
- Небольшое количество пахты

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 150 г свежемолотой ржаной муки
- 50 г теплой воды
- 1 щепотка молотого тмина
- Очень небольшое количество (на кончике ложки) меда

Закваску можно приобрести в частной пекарне, но можно и в супермаркете, куда она поступает в продажу в виде гранул, а также в специализированных магазинах натуральных продуктов. Для приготовления теста на закваске в домашних условиях необходимо развести ее за 4 дня до собственно выпечки хлеба. Самая благо-

приятная температура для размножения бактерий, ответственных за процесс брожения + 27 °С. Колебания температуры могут нарушить процесс брожения. Брожение считается законченным, когда тесто удвоится в объеме, на его поверхности образуются пузырьки и появится характерный кисловатый запах.

## ТЕСТО НА ЗАКВАСКЕ (вариант 1)

**1.** Замесить ржаную муку с водой до кашицеобразной массы. Добавить в получившуюся кашу молотый тмин и пахту. Прикрыть миску с тестом крышкой и оставить в таком виде на трое суток в теплом месте без сквозняков, периодически помешивая массу. На третий день в тесте образуются пузырьки, и оно приобретает характерный резкий, кисловатый запах.

**2.** Добавить к тесту 125 г теплой воды и еще 125 г ржаной муки (до возникновения густоватой массы). Снова накрыть тесто куском ткани и поставить на 1 день в теплое место – только по истечении указанного времени тесто готово к выпечке.

## ТЕСТО НА ЗАКВАСКЕ (вариант 2) ▶

**1.** Примерно треть из общего количества воды и муки замесить тесто с тмином и медом, поместить приготовленную таким образом смесь в стеклянную емкость, затем прикрыть ее крышкой и поставить на одни сутки в теплое место без сквозняков.

**2.** Залить 50 г теплой воды еще 50 г свежемолотой ржаной муки, добавить к тесту и под крышкой оставить еще на сутки.

**3.** Снова смешать свежемолотую ржаную муку с 50 г теплой воды и оставить на 1 сутки. После этого тесто готово к употреблению.





**Выпечка хлеба  
из теста на закваске**

**1.** Для приготовления закваски вечером в день, предшествующий выпеканию хлеба, замесить необходимое количество ржаной муки в 250 г воды (муки должно быть столько, чтобы получилась густоватая масса). Приготовленное таким образом тесто оставить подходить на ночь при комнатной температуре.

**2.** Из муки, воды, соли и приправ приготовить опару. Оставить опару (лучше всего в пластиковом пакетице) на 1 час при комнатной темпера-

туре до заметного увеличения в объеме – как правило, одного часа бывает достаточно.

**3.** Выложить тесто в форму или специальную корзинку и дать ему подходить еще 1 час до заметного увеличения теста в объеме.

**4.** Разогреть до необходимой температуры духовку (для выпекания хлеба из теста на закваске начальная температура должна быть достаточно высокой). Затем, в соответствии с конкретным рецептом, снизить температуру и в течение установленного времени выпекать хлеб до готовности.

**Хранение закваски**

■ Готовую закваску смешать с таким количеством муки, чтобы получилась комковатая масса. В подобном виде закваска может храниться в холодильнике несколько месяцев.

■ После того как тесто подойдет, необходимо взять примерно 50 г тестовой массы и поместить в стеклянную банку с завинчивающейся крышкой. Помните, что вследствие процесса газообразования слишком плотно бан-

ку закрывать не следует. В таком виде закваску можно хранить в холодильнике месяц, а то и дольше.

■ Все описанные хлопоты отпадают в том случае, если вы располагаете печью-автоматом для выпекания хлеба. Единственное, что от вас потребуются – это приготовить закваску, если, конечно, вы непременно хотите воспользоваться закваской собственного приготовления. А вообще можно обойтись и вполне качественной покупной закваской.

## ТЕСТО ДЛЯ ВЫПЕКАНИЯ ХЛЕБА С ДОБАВЛЕНИЕМ ФЕРМЕНТА

Для приготовления такого теста необходимо иметь исходную смесь и сам фермент. Исходную смесь можно приобрести в магазине или же

приготовить самому (к каждой упаковке фермента фирмы «Зекова» прилагается рецепт приготовления исходной смеси).

*Рецепт для выпечки хлеба на опаре (состав и количество его ингредиентов – на с. 42)*

## ХЛЕБ С ДОБАВЛЕНИЕМ ФЕРМЕНТА

**1.** Для приготовления опары размешать в воде фермент и исходную смесь, затем добавить муки и оставшуюся воду. Плотно прикрыв тесто крышкой, оставить его в теплом месте (температура воздуха 20–25 °С) минимум на 12 часов.

**2.** Для приготовления собственно теста замесить из компонентов гладкое, упругое, но не слишком плотное тесто. Приготовленное таким образом тесто на 40–45 минут поставить в теплое место, затем чуть присыпать его мукой и снова промесить.

**3.** Выложить тесто на смазанную маслом или жиром форму для выпечки и дать ему «дозреть» еще 40–50 минут (не допускать пересыхания поверхности теста!). Тесто считается готовым к выпечке, если поверхность его чуть

выгнулась и на ней образовались небольшие трещинки.

**4.** Разогреть духовку до 220 °С, предварительно поставив на дно наполненную водой миску из огнеупорного материала. Выпекать хлеб в течение 1 часа до полной готовности.

### СОВЕТЫ

■ Может потребоваться до 20 часов для дозревания опары, после этого в ней становятся отчетливо заметны признаки интенсивного брожения – на поверхности теста появляется множество пузырьков.

■ Количество муки для выпечки хлеба с добавлением фермента должно составлять примерно 1 кг, количество же воды может меняться в зависимости от сорта используемой муки.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 10 г исходной смеси (1 ч. л. с верхом)
- 3 г фермента (1 полная ч. л.)
- 300–400 г обойной муки
- 300–400 г теплой воды (температурой около 30 °С)

### Для приготовления теста:

- 600–700 г обойной муки
- Примерно 15 г соли
- 350–450 г теплой (но не горячей) воды – температурой 50 °С

### Общие указания по рецептам

- В каждой последующей главе рецепты располагаются так: в начале главы – для выпекания хлеба в хлебопекарной печи-автомате, затем следуют рецепты хлеба, которые применимы как к печи-автомату, так и для выпекания хлеба традиционным способом, а в конце – рецепты для приготовления хлеба исключительно традиционным способом.
- Данные по количеству жидких компонентов – лишь опорные и могут варьироваться в зависимости от типа муки.
- Свежие дрожжи вполне заменимы сухими. Поскольку они поступают в продажу в различной расфасовке, следует обращать внимание на указания веса.
- Сухая закваска или закваска в гранулах (например, закваска из обойной муки, имеющаяся в продаже в специализированных магазинах «Natura», добавляется в муку в том же количестве, что и сухие дрожжи. В сочетании с сухими дрожжами достаточно 2 столовых ложек (примерно 15 г) закваски на 500 г (обойной) муки.
- Необходимо точно следовать инструкции последовательности добавления компонентов при выпекании хлеба в хлебопекарных печах-автоматах.





**СВЕЖИЙ ХЛЕБ  
КАЖДЫЙ ДЕНЬ -  
ЭТО ПРОСТО**

## ХЛЕБ, ВЫПЕКАЕМЫЙ В ПЕЧИ-АВТОМАТЕ

Воспользуйтесь разнообразными возможностями печи-автомата и побалуйте ваших близких и себя свежим вкусным и здоровым хлебом. Домашний хлеб завоевывает все большую популярность.

### ХЛЕБ С ТМИНОМ, КУНЖУТОМ И МАННОЙ КРУПОЙ

- 2 ч. л. сухих дрожжей ■ 1 ч. л. сахарного песка
- 500 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта) ■ 2 яйца ■ 125 г мягкого сливочного масла ■ 1 ст. л. соли ■ 3 ст. л. кунжута
- 5 ст. л. воды ■ 125 г молока

Программа: обычный хлеб, величина: L, окраска: темная

**ВАРИАНТ:** поделите массу муки на части в 200 г пшеничной муки (тип 1050, мука 2-го сорта), 250 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта), 50 г манной крупы, уменьшите количество кунжута до 2 столовых ложек и добавьте 1 ст. л. семян тмина.

### ХЛЕБ НА ПАХТЕ С ТЫКВЕННЫМИ СЕМЕЧКАМИ

- 1,5 ч. л. сухих дрожжей ■ Небольшое количество сахарного песка
- 500 г пшеничной муки грубого помола ■ 4 ст. л. тыквенных семечек
- 350 г пахты

Программа: полноценный хлеб, величина: L, окраска: средняя

### МЯГКИЙ ХЛЕБ С МАСЛИНАМИ

- 0,5 кубика свежих дрожжей (21 г) ■ 0,5 ч. л. сахарного песка
- 300 г ржаной муки (тип 1150, мука среднего помола) ■ 200 г муки спельты (тип 1050, мука 2-го сорта) ■ 2 ч. л. соли ■ Немного свежемолотого перца
- 1 ст. л. свежих, грубо порубленных игл розмарина ■ 1 ч. л. сливочного масла ■ 1 ч. л. оливкового масла ■ 25 черных, нарезанных тонкими кружочками маслин ■ 350 г воды ■ 2 ст. л. жидкого кислого теста

Программа: обычный хлеб, величина: L, окраска: средняя

Не забудьте еще раз посмотреть инструкцию к вашей печи-автомату с указаниями последовательности внесения ингредиентов!

Рыхлый легкий хлеб, прекрасно сочетающийся со сладкими покрытиями и с тяжелыми или кислыми начинками.

## СОЕВЫЙ ХЛЕБ

- 30 г свежих дрожжей ■ 1 ч. л. сахарного песка ■ 400 г муки спельты грубого помола ■ 200 г соевой муки (высокой жирности)
- 420 г воды ■ 2 ч. л. соли

Программа: полноценный хлеб, величина: XL, окраска: темная

## ХЛЕБ С ОВОЩНЫМИ ПРИПРАВАМИ

- 1 кубик свежих дрожжей (42 г) ■ 1 ч. л. сахарного песка ■ 400 г муки спельты грубого помола ■ 100 г кукурузной муки ■ Всего 4 ст. л. свежих, мелко нарезанных и смешанных овощных приправ (тимьян, майоран, петрушка) ■ 2 ч. л. соли
- 2 ч. л. фруктового уксуса ■ 380 г воды

Программа: полноценный хлеб, величина: XL, окраска: средняя

## ХЛЕБ С ПАХТОЙ И ОГУРЦАМИ

- 1,5 ч. л. сухих дрожжей ■ 1 ч. л. сахарного песка
- 400 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта) ■ 100 г гречневой муки тонкого помола ■ 1,5 ч. л. соли ■ 120 г натертых на крупной терке огурцов ■ 1 пучок мелко нарезанного свежего укропа ■ 320 г пахты

Программа: полноценный хлеб, величина: L, окраска: темная

## ХЛЕБ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-ФРАНКСКИ

- 2 ст. л. сухой закваски ■ 1 ч. л. сухих дрожжей
- 1 ч. л. сахарного песка ■ 300 г ржаной муки (тип 997, мука тонкого помола)
- 300 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 200 г отварного и натертого на терке холодного картофеля
- 2 ч. л. соли ■ 1 ст. л. розмарина (сорванного)
- 1 ч. л. майорана (сорванного) ■ 1 ст. л. хлопьев пивных дрожжей ■ 450–500 г охлажденного овощного бульона (из 1 бульонного кубика и 0,5 л воды)

Программа: полноценный хлеб, величина: L, окраска: темная

*Соевая мука содержит много белка и поэтому применяется для обогащения бедных белком блюд, но также используется и в хлебопечении. Соевая мука не содержит глутаминов.*

*Укроп можно заморозить в пучке! Заверните его в алюминиевую фольгу и поместите в морозильник. Вы получите возможность подать на стол свежую зелень в любое время года. В замороженном виде укроп легко нарезать.*

## ХЛЕБ, ВЫПЕКАЕМЫЙ В ДУХОВКЕ ИЛИ В ПЕЧИ-АВТОМАТЕ

Не забудьте еще раз посмотреть инструкцию к вашей печи-автомату с указаниями последовательности внесения ингредиентов!

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 30 г свежих дрожжей
- 300 г теплого молока
- 500 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 1 ч. л. сахарного песка
- 1 ч. л. соли
- 40 г сливочного масла комнатной температуры

Многие из рецептов хлеба, выпекаемого традиционным способом, применимы и для печи-автомата. Убедитесь сами: вручную или же с помощью автоматики – главное, строго придерживаться указаний по последовательности внесения компонентов! И вы порадуете себя!

### ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ (ОСНОВНОЙ РЕЦЕПТ)

**1.** Развести дрожжи в чашке с небольшим количеством молока. Муку высыпать в миску. Добавить сахарный песок, соль, сливочное масло, разведенные дрожжи и молоко.

**2.** При помощи месильного крюка механического тестомесителя (или кухонного комбайна) замешивать тесто до тех пор, пока оно не станет эластичным и блестящим.

**3.** Тесто прикрыть салфеткой и поставить в теплое место подойти до увеличения объема вдвое; на это обычно требуется от 20 до 30 минут в зависимости от температуры в помещении.

**4.** По истечении указанного времени тесто обмять, придать ему форму буханки, выложить на посыпанный мукой противень и оставить не менее чем на 30 минут «дозреть» до заметного увеличения объема.

**5.** Разогреть до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3). Буханку теста сбрызнуть теплой водой, затем выпекать 40–50 минут.

Программа: обычный или нормальный хлеб, быстрое выпекание, величина: L, окраска: средняя

### ВАРИАНТ

#### Формовой хлеб с травами (овощными приправами)

По тому же рецепту замесить тесто, только вместо обычной соли используйте соль с добавками чесночного экстракта или экстракта трав, кроме того, добавьте 3 столовых ложки свежих и мелко нарезанных трав (например, петрушку, лук-резанец, укроп, кресс-салат). Тесто для формового хлеба с травами требует более длительного замешивания, поскольку необходимо равномерно распределить эти компоненты по всей массе. Время подхода теста и режим выпечки – прежние.



## ТЕСТО ДЛЯ ХЛЕБА НА СУХИХ ДРОЖЖАХ

**1.** Для приготовления опары просеянную пшеничную муку высыпать в подогретую миску, в центре муки сделать углубление. В углубление вылить разведенные с сахаром и водой дрожжи. Все тщательно размешать.

**2.** Опару прикрыть салфеткой и поместить в теплое место.

**3.** Добавить молоко, яйца и сливочное масло, при помощи месильного крюка механического тестомесителя (или кухонного комбайна) замешивать тесто до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к краям миски и не приобретет характерный блеск. Придать те-

сту форму шара, прикрыть салфеткой и оставить подходить еще 20 минут.

**4.** Добавить в тесто соль и кунжут, хорошо размесить и придать ему форму буханки, после чего прикрыть салфеткой и дать «дозреть» еще 30 минут. Разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3). Буханку теста поместить на противень и выпекать 40–50 минут до появления золотисто-коричневатого оттенка.

Программа: обычный или нормальный хлеб, быстрое выпекание, величина: L, окраска: средняя



## ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ГРУБОГО ПОМОЛА

**1.** Для приготовления опары смешать оба сорта муки, высыпать мучную смесь в миску и сделать в центре углубление. Добавить в углубление разведенные дрожжи, молоко, сахарный песок и соль. Замесить из компонентов опару. Прикрыть приготовленную опару салфеткой и дать ей подойти до удвоения объема.

**2.** После этого замесить вместе с оставшимися компонентами гладкое, средней плотности тесто, прикрыть его салфеткой и оставить примерно на 1 час в теплом месте.

**3.** Предварительно разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3). Разделить тесто на 4 равные части, придать им форму буханок, затем выложить на посыпанный мукой противень и сверху обмазать молоком. После этого поместить в духовку и выпекать на средней полке до появления золотистого оттенка.

Программа: обычный хлеб, величина: L, окраска: темная

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 500 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 25 г свежих дрожжей
- 1 ч. л. сахарного песка
- 5 ст. л. теплой воды
- 125 г теплого молока
- 2 яйца
- 125 г мягкого сливочного масла
- 1 ст. л. соли
- 3 ст. л. кунжута

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 300 г пшеничной муки грубого помола
- 200 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 20 г свежих дрожжей
- Около 125 г молока комнатной температуры
- 1 ч. л. сахарного песка
- 1 ч. л. соли
- Примерно 250 г воды комнатной температуры
- 1 ч. л. толченого аниса
- 1 ч. л. толченого фенхеля

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 20 г свежих дрожжей
  - 350 г теплого молока
  - 0,5 ч. л. сахарного песка
  - 250 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
  - 100 г пшеничной муки (тип 405, мука высшего сорта)
  - 2 ст. л. растительного масла
  - 150 г мелких овсяных хлопьев
  - 1 ч. л. соли
  - 2 веточки кресс-салата
- Кроме того:**
- овсяные хлопья
  - немного молока

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 20 г свежих дрожжей
- Примерно 375 г теплой воды
- 1 ч. л. меда
- 500 г муки спельты грубого помола
- 1 ч. л. соли
- 50 г сливочного масла комнатной температуры

## ХЛЕБ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ И КРЕСС-САЛАТОМ ►

**1.** В большую миску влить 200 г молока и размешать в нем дрожжи с сахарным песком, добавить 2 трети всего количества муки и тщательно перемешать. Тесто прикрыть салфеткой и на 30 минут поставить в теплое место подойти.

**2.** Добавить к подошедшему тесту оставшееся молоко, соль, овсяные хлопья и снова тщательно замесить тесто, замес продолжать до тех пор, пока оно не будет легко отделяться от стенок миски. Затем из теста вылепить 1 или 2 продолговатые буханки и обвалять их в овсяных хлопьях, после чего выложить обе буханки на смазанный жиром или маслом противень, прикрыть салфеткой и оставить еще на 30 минут подойти.

**3.** Разогреть духовку до 220 °С (температура при принудительной подаче воздуха 200 °С, регулятор газа – в положении 4). Овсяный хлеб обильно смазать молоком и выпекать в зависимости от величины буханок от 40 до 50 минут. Незадолго до истечения времени выпекания еще раз обмазать молоком.

Программа: хлеб с изюмом, величина: L, окраска: средняя

**СОВЕТ.** При выпекании этого хлеба в печи-автомате необходимо большее количество жидких компонентов (примерно 400 г молока). После звукового сигнала необходимо добавить кресс-салат.

## ПРЯНЫЙ ХЛЕБ ИЗ МУКИ ГРУБОГО ПОМОЛА С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ

**1.** Дрожжи размешать с небольшим количеством воды, затем добавить соль, муку и оставшуюся воду и замесить мягкое тесто.

**2.** Помытые зеленый лук и овощные приправы (травы) обсушить и очень тонко нарезать. После этого их вместе со сливочным маслом тщательно перемешать с тестом. Приготовленное таким образом тесто прикрыть крышкой или салфеткой и на 2 часа поставить в теплое место подходить.

**3.** После этого снова тщательно перемесить тесто, разделить на 2 равные

части и придать им форму буханок. Поместить обе буханки на выложенный кулинарной бумагой противень и оставить на 30 минут «дозреть».

**4.** Разогреть духовку до 250 °С и выпекать хлеб при этой температуре от 5 до 10 минут. Затем снизить температуру духовки до 180 °С и выпекать хлеб до готовности в течение 40–45 минут.

Программа: полноценный хлеб, величина: L, окраска: средняя



## ХЛЕБ С ДОБАВЛЕНИЕМ ФЕРМЕНТА

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 20 г свежих дрожжей
- Примерно 375 г теплой воды
- 1 ч. л. меда
- 500 г муки спелты грубого помола
- 1 ч. л. соли
- 50 г сливочного масла комнатной температуры

**1.** Размешать дрожжи с половиной всего количества воды и меда. Высыпать муку в большую миску, добавить смесь дрожжей, меда и воды.

**2.** Все компоненты замесить вручную или же при помощи механического устройства для замешивания в мягкое тесто. В процессе замеса доливать в него оставшуюся воду, положить соль и в последнюю очередь сливочное масло комнатной температуры.

**3.** Миску прикрыть салфеткой и не менее чем на 30 минут поставить в теплое место без сквозняков.

**4.** Снова тщательно замесить тесто и оставить его подходить еще 15 минут. Разогреть духовку до 250 °С (температура при принудительной подаче воз-

духа 230 °С, регулятор газа – в положении 5–6).

**5.** Разделить тесто на 3–4 части и каждой из них придать форму небольшого хлеба, после чего выложить их на посыпанный мукой противень. Прикрыть буханки салфеткой и оставить на противне еще на 15 минут «дозреть».

**6.** Выпекать хлеб в духовке в течение 3 минут, затем снизить температуру до 190 °С (температура при принудительной подаче воздуха 170 °С, регулятор газа – в положении 2–3) и выпекать еще 20 минут.

Программа: обычный хлеб, величина: L, окраска: средняя

## ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ НА ПАХТЕ (В БУХАНКЕ)

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 30 г дрожжей
- 350 г теплой пахты
- Небольшое количество сахарного песка
- 500 г пшеничной муки грубого помола
- 1,5 ч. л. соли

**1.** Дрожжи крошить в большую миску и смешать с пахтой и сахарным песком. Постепенно добавлять муку, в конце – соль. Замесить компоненты вручную или же при помощи механического устройства для замешивания в гладкое тесто (тесто месить 6–10 минут), после чего прикрыть салфеткой и поставить на 60 минут в теплое место подходить.

**2.** Разогреть духовку до 220 °С (температура при принудительной пода-

че воздуха 200 °С, регулятор газа – в положении 4), поставить в духовку огнеупорную миску с горячей водой (это обеспечивает равномерную выпечку).

**3.** Снова промесить тесто, придать ему форму буханки и выложить на посыпанный мукой противень.

**4.** Оставить прикрытое салфеткой тесто на 10 минут «дозреть», затем обмазать буханку теплой водой и по-

сыпать по вашему желанию семечками подсолнуха, тыквы, льняным семенем, кунжутом или овсяными хлопьями. Выпекать хлеб на средней полке духовки от 50 до 60 минут.

### СОВЕТЫ

■ Благодаря пахте этот хлеб выходит аппетитным и долго не засыхает. Пахту можно заменить равным количеством воды.

■ Добавив в рецепт небольшое количество соевой муки (примерно 1 столовую ложку), вы получите воздушное тесто, из которого можно выпекать и маленькие булочки. Время выпечки в этом случае составляет примерно 25 минут.

Программа: полноценный хлеб, величина: L, окраска: средняя

## ЗЕРНИСТЫЙ ХЛЕБ ИЗ КУКУРУЗНОЙ МУКИ

### СПОСОБ БЫСТРОГО ВЫПЕКАНИЯ ХЛЕБА С ДОБАВЛЕНИЕМ РАЗРЫХЛИТЕЛЯ ТЕСТА

**1.** Сливочное масло взбить с яйцами до получения пенистой массы, муку обоих сортов просеять в миску, добавить разрыхлитель теста и соль.

**2.** Растворить шафран в небольшом количестве воды. Оставшуюся воду смешать с молоком и растворенным шафраном.

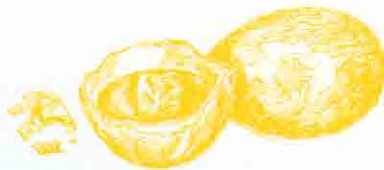
**3.** Смесь яиц и сливочного масла размешать с мукой и растворенным в воде шафраном и замесить тесто. В конце замеса добавить рис.

**4.** Разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3). Смазать маслом небольшую разъемную форму для выпечки, выложить в нее тесто и выпекать примерно 30 минут.

**5.** Готовый хлеб вынуть из формы и дать ему остыть.

**СОВЕТ.** Этот хлеб идеально подходит для небольшой семьи. Выпечка его много времени не занимает, тем более что можно удачно использовать оставшийся от обеда или ужина рис. Кроме того, этот хлеб прекрасно сочетается с пикантными овощными блюдами.

Программа: обычный хлеб, быстрое приготовление, величина: M, окраска: средняя



### Для посыпания:

- Семечки подсолнуха
- Тыквенные семечки
- Льняное семя
- Кунжут или овсяные хлопья (по вашему усмотрению)

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 50 г мягкого сливочного масла
- 1 яйцо
- 125 г кукурузной муки тонкого помола
- 50 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 2 ч. л. разрыхлителя теста
- 0,5 ч. л. соли
- 0,5 ч. л. шафрана
- 125 г воды
- 125 г молока
- 150 г отварного охлажденного риса
- Сливочное масло для смазки формы

## ТРАДИЦИОННЫЕ РЕЦЕПТЫ ВЫПЕЧКИ ХЛЕБА

Для приготовления теста по традиционному рецепту вам потребуется большее, нежели обычно, количество муки, поскольку такой хлеб обычно пекут из расчета на несколько дней.

### ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ГРУБОГО ПОМОЛА С ОТРУБЯМИ ►

#### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 300 г холодной воды
- 0,5 ч. л. меда
- Дрожжи – 1 крохотный кусочек (величиной с горошину)
- 250 г пшеницы

Для дальнейшего приготовления теста:

- Остаток опары (но не меньше 3–4 ст. л.)
- Примерно 650 г холодной воды
- 1 ч. л. йодированной морской соли
- 2 ст. л. смеси семян (аниса, фенхеля, тмина, кориандра)
- 1 кг пшеничной муки грубого помола

**1.** Для приготовления опары влить в большую миску воду, положить в нее мед, дрожжи и тщательно размешать. Затем добавить молотую пшеницу и вручную замесить тесто. Приготовленное таким образом тесто прикрыть салфеткой и оставить в прохладном месте примерно на 12 часов.

**2.** После этого взять примерно 3 столовых ложки опары, поместить ее в стеклянную тару с завинчивающейся крышкой и оставить в холодильнике до следующего приготовления теста для хлеба. В большой миске развести оставшуюся опару в воде, добавить соль и приправы. Постепенно досыпать муку. Замешивать тесто до тех пор, пока оно не достигнет гладкой, но не очень плотной консистенции. После этого прикрыть тесто салфеткой и выставить на 12 часов в прохладное место.

**3.** Подошедшее тесто еще раз слегка размесить и вылепить из него несколько небольших (или покрупнее) хлебцев и выложить их на посыпанный мукой противень. Прикрыть

хлебцы салфеткой и оставить в теплом месте примерно на 30 минут. Духовку разогреть до 250 °С (температура при принудительной подаче воздуха 230 °С, регулятор газа – в положении 5–6).

**4.** Сбрызнуть хлебцы водой комнатной температуры и снизить температуру выпечки до 220 °С (температура при принудительной подаче воздуха 200 °С, регулятор газа – в положении 4). Выпекать хлеб 5–10 минут (в зависимости от величины буханок), затем снова снизить температуру до 190 °С (температура при принудительной подаче воздуха 170 °С, регулятор газа – в положении 2–3) и выпекать хлеб – в зависимости от величины – 30–45 минут до готовности.

**СОВЕТ.** Поскольку процесс брожения в опаре продолжится, рекомендуем взять банку побольше. Кроме того, время от времени проверяйте, чтобы банка «проветривалась»! Так как тесто не может храниться до бесконечности, его необходимо использовать в течение недели.



## РЖАНОЙ ХЛЕБ НА ЗАКВАСКЕ С ЛЬНЯНЫМ СЕМЕНЕМ

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Для приготовления опары:

- 500 г ржаной муки тонкого помола
- 500 г воды
- 50 г закваски

Для приготовления основного теста:

- 500 г ржаной муки
- 500 г теплой воды
- 20 г морской соли
- 150 г льняного семени
- 2 ст. л. молотых приправ для хлеба

**1.** Смешать компоненты для приготовления опары, прикрыть салфеткой и оставить на ночь подходить при комнатной температуре.

**2.** На следующий день взять примерно 50 г опары и поместить ее в стеклянной банке в холодильник, из оставшейся опары и остальных компонентов замесить тесто плотной консистенции. Прикрыть тесто салфеткой и поставить его на 60–70 минут подходить при комнатной температуре.

**3.** Смазать жиром или маслом 1 большую или 2 поменьше разъемные формы для выпечки и до половины заполнить тестом. Прикрыть тесто салфеткой и оставить в таком виде на 1 час.

**4.** Разогреть духовку до 250 °С (температура при принудительной подаче воздуха 230 °С, регулятор газа – в положении 5–6), поставить в духовку огнеупорную миску с горячей водой. Чуть сбрызнуть поверхность теста теплой водой и выпекать 15 минут при данной температуре. Затем снизить температуру в духовке до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3) и выпекать хлеб до готовности еще 50 минут.

**5.** Готовый хлеб достать из духовки, сразу же вынуть его из формы и выложить на кухонную решетку остыть.

### СОВЕТЫ

■ Если вы хотите узнать, готов ли хлеб, проколите его деревянным шампуром для приготовления шашлыка. Если хлеб пропечен, шампур останется сухим. Приготовленный по данному рецепту хлеб очень долго сохраняет свои вкусовые качества, оставаясь свежим.

■ Если хранить его в специальной глиняной хлебнице с крышкой, он день ото дня становится вкуснее и сочнее. Его способность к длительному хранению делает его незаменимым, особенно в летние месяцы.

### ВАРИАНТЫ

**Ржаной хлеб с семечками подсолнуха**  
Добавьте в тесто вместо льняного семени 150 г семечек подсолнуха.

**Ржаной хлеб с лесными орехами**  
Подготавливая опару накануне вечером, размочите в воде 150 г лесных орехов и добавьте их в тесто вместо льняного семени.

**Ржаной хлеб с приправами**  
Вместо морской соли добавьте 20–30 г экстракта различных овощных приправ, а вместо молотых приправ положите 2 столовых ложки измельченных и 1 столовую ложку немолотых приправ для приготовления хлеба.

**Ржаной хлеб из разносортной муки**  
Замените половину количества ржаной муки мукой спельты тонкого помола.



## РЖАНОЙ ХЛЕБ НА ЗАКВАСКЕ ИЗ РАЗНОСОРТНОЙ МУКИ

**1.** Накануне дня выпечки смешать все компоненты для приготовления опары и, прикрыв салфеткой, оставить на ночь в теплом месте подходить.

**2.** В день выпечки добавить в опару ржаной и пшеничной муки, соли и пряностей. Затем замесить тесто. Тесту придать форму буханки и выложить на посыпанный овсяными хлопьями противень.

**3.** Буханку смочить водой и посыпать овсяными хлопьями, прикрыть салфеткой и поставить не менее чем на 3 часа в теплое место без сквозняков подойти.

**4.** Разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3). Хлеб выпекать до готовности на средней полке духовки в течение 70–80 минут, затем вынуть и дать остыть.



### ИНГРЕДИЕНТЫ Для приготовления опары:

- 250 г теплой воды
- 4 ст. л. пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 200 г закваски

### Для приготовления основного теста:

- 600 г ржаной муки (тип 997, мука тонкого помола)
- 300 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 5 ч. л. соли
- 2 ст. л. семян тмина
- 2 ст. л. фенхеля грубого помола
- 1 ст. л. измельченного кориандра
- 375 г воды

### Для посыпания:

- Овсяные хлопья

## ИНГРЕДИЕНТЫ

Для опары:

- 50 г закваски
- 125 г воды
- 150 г пшеничной муки
- 1 кг 350 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 1 кг ржаной муки (мука тонкого помола)
- 375 г теплой воды

Для теста:

- Около 1 л теплой воды
- 40 г свежих дрожжей
- 2 ст. л. соли
- 2 крупных отваренных и натертых на терке картофелины

## ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 луковица
- 4 тонких ломтика копченой ветчины (шпига)
- 1 стручок сладкого красного перца
- 200 г сыра из цельного молока
- 50 г сметаны
- Соль, перец

## РЖАНОЙ ХЛЕБ С ПШЕНИЦЕЙ, РОЖЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ ▶

**1.** Для приготовления опары размешать закваску, воду и пшеничную муку, прикрыть салфеткой и поставить на 2 часа в теплое место подходить.

**2.** Просеянную пшеничную и ржаную муку высыпать в большую миску, в центре сделать углубление, куда влить опару. Добавить часть воды от общего количества и замесить предназначенную для дальнейшей обработки опару, прикрыть опару салфеткой и поставить на 2 часа подойти.

**3.** После этого развести в небольшом количестве воды дрожжи и замесить их с приготовленной опарой, солью, оставшимся количеством воды и натертым на терке картофелем. Тесто присыпать мукой, прикрыть салфет-

кой и оставить на 1,5 часа в теплом месте без сквозняков.

**4.** Вылепить из теста 2 продолговатых батона и поместить их на выложенный кулинарной бумагой противень. По всей поверхности острым ножом сделать косые надрезы, после чего смочить поверхность батончиков водой. Батоны прикрыть салфеткой и на 30 минут поставить «дозреть».

**5.** Разогреть духовку до 200–220 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180–200 °С, регулятор газа – в положении 3–4). Выпекать около 60 минут, затем, постучав по батону, проверить, пропекся ли он. Готовый хлеб вынуть из духовки, сразу же накрыть салфеткой и дать остыть.

## СОСТАВ ДЛЯ НАМАЗЫВАНИЯ НА ХЛЕБ ИЗ ВЕТЧИНЫ И СЛАДКОГО КРАСНОГО ПЕРЦА

**1.** Очищенный от кожуры лук мелко нарезать. Ветчину также мелко нарезать, разогреть на сковороде без добавления жира, затем дать охладиться.

**2.** Вымытый красный перец очистить от семян и нарезать на мелкие кубики. Сыр со сметаной перемешать до получения устойчивой, кремopodobной массы и добавить к ней лук, ветчину и красный перец. Массу приправить солью и перцем.

### СОВЕТ

Если масса слишком густа для намазывания, то разбавьте ее водой или молоком. Этот состав для намазывания также подходит и к «Пивному хлебу» (см. рецепт на с. 64).



## ХЛЕБ С «СЮРПРИЗОМ» ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ГРУБОГО ПОМОЛА НА ПРОТИВНЕ

(ИЗ ТЕСТА ДЛИТЕЛЬНОГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ)

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 кусочек (величиной в горошину) свежих дрожжей
- 0,5 л воды
- 1 ч. л. морской соли
- 1 ст. л. приправ для приготовления хлеба
- 1 зернышко миндаля (в качестве сюрприза)
- 700 г пшеничной обойной муки тонкого помола

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 2 ст. л. томатной пасты
- 2 ст. л. пасты красного сладкого перца
- 2 ст. л. измельченной брынзы по-турецки
- 2 ст. л. растительного масла
- 2 зубчика чеснока
- 2 ч. л. сушеной мяты
- Соль
- Перец

**1.** В большой миске вручную смешать дрожжи, воду и соль, постепенно добавляя муку и все остальные компоненты. Тесто замешивать до тех пор, пока оно не станет эластичным, но не слишком мягким и не перестанет прилипать к стенкам миски. Миску прикрыть салфеткой и оставить на ночь в месте без сквозняков.

**2.** На следующий день разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3). На

противень положить кулинарную бумагу, а на нее лист теста толщиной примерно 4 см и выпекать от 20–25 минут.

**3.** Готовый хлеб вынуть и еще горячим нарезать на куски.

### СОВЕТ

Замесить тесто по данному рецепту лучше всего вечером, а выпекать хлеб на следующее утро. Тот, кто обнаружит в своем куске запеченный сюрприз, тому в этот день явно повезет!

## ПАСТА «ЗЕВАЛЬ» ДЛЯ НАМАЗЫВАНИЯ НА ХЛЕБ (ПО ОСОБОМУ РЕЦЕПТУ)

**1.** Томатную пасту, пасту сладкого красного перца и брынзу тщательно перемешать вилкой до получения мягкой пастообразной массы.

**2.** Добавить к массе растительное масло и вновь тщательно перемешать. Затем добавить очищенный от кожуры и продавленный в ручном прессе чеснок. Мяту растереть пальцами и также добавить в массу. Для остроты приправить массу солью и перцем.

### СОВЕТЫ

■ Это вкусная, довольно острая масса для намазывания на хлеб, рецепт которой придумала одна моя подруга-

турчанка по имени Зеваль. Паста прекрасно сочетается с хлебом или же ее можно использовать в качестве начинки в соленых мелкоштучных хлебобулочных изделиях.

■ Томатную пасту и пасту из сладкого красного перца, а также сушеную мяту можно приобрести в стеклянной расфасовке в турецких супермаркетах. К сожалению, расфасовка этих паст зачастую излишне велика. Лучше всего разложить пасту в несколько небольших, плотно закрывающихся стеклянных банок и хранить их в холодильнике. В таком виде пасту можно хранить до нескольких недель без риска ухудшения вкусовых качеств.

## ДОМАШНИЙ ХЛЕБ С ДОБАВЛЕНИЕМ ФЕРМЕНТОВ

**1.** Накануне вечером приготовить опару, для этого размешать исходную смесь, фермент для выпечки в теплой воде венчиком для взбивания. Добавить половину количества ржаной муки и 100 г пшеничной муки. Оставить опару в теплом месте до утра.

**2.** В день выпечки добавить в опару оставшуюся муку, семечки подсолнуха и соль вместе с минеральной водой и замесить гладкое тесто. Готовое тесто прикрыть салфеткой и поставить на 1 час в теплое место подойти. После этого еще раз вымесить тесто и снова поместить на 40 минут в обильно посыпанную мукой корзину для выпекания.

**3.** Разогреть духовку до 220 °С (температура при принудительной подаче воздуха 200 °С, регулятор газа – в положении 4), поставить на дно духовки огнеупорную емкость с водой. Тесто выложить на смазанный жиром или маслом противень и поместить его в духовку. Уменьшить температуру до 200 °С (температура при прину-

дительной подаче воздуха до 180 °С, регулятор газа – в положении 3). Выпекать хлеб в течение примерно 30 минут, затем снова уменьшить температуру до 180 °С (температура при принудительной подаче воздуха 160 °С, регулятор газа – в положении 1) и выпекать хлеб до готовности еще 30 минут.

### **СОВЕТ**

Перед тем как оставить опару на ночь подходить, взять от нее 3–4 столовых ложки, положить в стеклянную банку с завинчивающейся крышкой и поставить в холодильник. Это – основа для следующей выпечки хлеба. И хлеб этот долго остается свежим!

### **ВАРИАНТ**

#### ***Белый хлеб по-берлински***

Вместо ржаной и пшеничной муки грубого помола использовать только ржаную муку (тип 1150, мука среднего помола). Сократить расход воды примерно до 600 г, добавить 1 чайную ложку соли, 1 столовую ложку растительного масла и 3 столовых ложки свекольного сиропа.

### **ИНГРЕДИЕНТЫ**

- 10 г исходной смеси фермента для выпечки
- 5 г фермента для выпечки
- 400 г теплой воды
- 600 г ржаной муки грубого помола
- 400 г пшеничной муки грубого помола
- 100 г семечек подсолнуха
- 1,5 ст. л. соли
- Примерно 300 г углекислотной минеральной воды

### ***Хлеб с добавлением фермента для выпечки***

Фермент для выпечки по своему воздействию равноценен закваске, но вкус хлеба получается не такой резкий. Кроме того, фермент обладает явным преимуществом – значительно дольше хранится в холодильнике, чем закваска. Более подробное описание см. в главе «Основные правила и рецепты».





**ХЛЕБ И БУЛОЧКИ  
К ЗАВТРАКУ**

## ХЛЕБ, ВЫПЕКАЕМЫЙ В ПЕЧИ-АВТОМАТЕ

Не забудьте еще раз посмотреть инструкцию к вашей печи-автомату с указаниями последовательности внесения ингредиентов!

В Турции не существует никаких рецептов с точным указанием количества компонентов для хлебопечения, лишь консистенция теста дает представление о том, верна ли выбранная вами пропорция. А проверить консистенцию можно «испытательным прибором» – мочкой уха. Идеальным считается тесто, мягкость которого не отличается от мягкости мочки уха. То же самое относится и к тесту, приготовленному в автомате: если вы не уверены, верна ли консистенция теста, во время или после первого замеса приподнимите крышку и проверьте предложенным способом.

### МИНДАЛЬНЫЙ ХЛЕБ

- 1,5 ст. л. сухих дрожжей
- 300 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 200 г пшеничной муки грубого помола
- 2,5 ч. л. сахарного песка
- 30 г сливочного масла
- 120 г молотого миндаля
- 60 г очищенного целого миндаля
- 3 ст. л. амаретто
- 330 г воды

Программа: обычный хлеб или обычный хлеб быстрое выпекание, величина: L, окраска: средняя

### ХЛЕБ С ЛЕСНЫМИ ОРЕХАМИ

- 0,5 кубика свежих дрожжей (21 г)
- 1 ч. л. сиропа агавы
- 500 г муки спельты грубого помола
- 150 г молотых лесных орехов
- 2 ч. л. соли
- 400 г воды

Программа: полноценный хлеб, величина: L, окраска: средняя

### ЛЕГКИЙ ХЛЕБ ИЗ МУКИ СПЕЛЬТЫ С СЕМЕЧКАМИ ПОДСОЛНУХА

- 1 кубик свежих дрожжей (42 г)
- 1 чайная ложка бурого сахара
- 420 г воды
- 600 г муки спельты
- 100 г семечек подсолнуха
- 2 ч. л. соли

Программа: полноценный хлеб, величина: XL, окраска: средняя

Хлеб с лесными орехами полностью раскрывает гамму вкуса, если перед закладкой в тесто орехи в течение 10 минут пропечь в духовке при температуре 200 °С.



## ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ С МОЛОТЫМИ КОКОСОВЫМИ ОРЕХАМИ

- 1,5 ч. л. сухих дрожжей (42 г) ■ 250 г пшеничной муки (тип 405, мука высшего сорта) ■ 250 г пшеничной муки грубого помола ■ 2,5 ч. л. сахарного песка ■ 30 г сливочного масла ■ 120 г кокосовых хлопьев
- 60 г молотого миндаля ■ 3 ст. л. апельсинового ликера
- 320 г воды

Программа: обычный хлеб, величина: L, окраска: средняя

## ИЗЫСКАННЫЙ ХЛЕБ С АРОМАТОМ АПЕЛЬСИНА И ЧАЯ

- 1 ч. л. сухих дрожжей ■ 3 ст. л. сахарного песка
- 450 г пшеничной муки (тип 550) ■ 1 ч. л. соли ■ Тертая цедра кожуры 1 апельсина ■ 30 г сливочного масла, порезанного на кусочки
- 300 г молока

Программа: обычный хлеб, быстрое выпекание, величина: L, окраска: средняя

## ОВСЯНЫЙ ХЛЕБ С МОРКОВЬЮ

- 1 ч. л. сухих дрожжей ■ 0,5 ч. л. сахарного песка
- 80 г овсяной муки (толокна) ■ 270 г пшеничной муки грубого помола ■ 100 г тертой моркови ■ 40 г молотого миндаля ■ 1 ч. л. сливочного масла ■ 1 ст. л. масла чертополоха ■ 1 ч. л. соли ■ 250 г воды

Программа: обычный хлеб, величина: M, окраска: средняя

## ХЛЕБ ИЗ МУКИ КАМУТА С ФИСТАШКАМИ

- 1 упаковка сухих дрожжей (2 ч. л.) ■ 450 г муки камута (вид твердой пшеницы) ■ 2 ч. л. меда ■ 1 ч. л. соли ■ 1 яйцо
- 1 ст. л. орехового масла ■ 200 г воды ■ 60 г фисташек

Программа: хлеб с изюмом, величина: L, окраска: средняя

Добавлять фисташки следует после звукового сигнала, чтобы не допустить размалывания мягких орехов!

*Соевая мука содержит много белка и поэтому применяется для обогащения бедных белком блюд, но также используется и в хлебопечении. Соевая мука не содержит глутаминов.*

*Укроп можно заморозить в пучке! Заверните его в алюминиевую фольгу и поместите в морозильник. Вы получите возможность подать на стол свежую зелень в любое время года. В замороженном виде укроп легко нарезать.*

## ХЛЕБ, ВЫПЕКАЕМЫЙ В ДУХОВКЕ ИЛИ В ПЕЧИ-АВТОМАТЕ

Не забудьте еще раз посмотреть инструкцию к вашей печи-автомату с указаниями последовательности внесения ингредиентов!

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 500 г пшеничной муки грубого помола
- 1 кубик свежих дрожжей (42 г)
- 250 г молока комнатной температуры
- 3 ст. л. жидкого меда (или же 2 ст. л. сахарного песка)
- 1 ч. л. сахарного песка
- Немного соли
- 1 яйцо
- 50 г размягченного сливочного масла
- 150 г изюма

Для намазывания:

- 1 яичный желток
- Немного молока

В Рейнланде на воскресный завтрак любят подать особый дрожжевой хлеб с изюмом (рецепт на с. 54). Столь высокая популярность этого хлеба объясняется тем, что его можно съесть как со сваренным всмятку яйцом, так и с ветчиной и даже с повидлом.

### ВОСКРЕСНЫЙ ХЛЕБ

**1.** Для приготовления опары пшеничную муку высыпать в миску, в центре нее сделать углубление. Добавить дрожжи, молока, меда и замесить тесто. Приготовленную опару прикрыть салфеткой и оставить примерно на 30 минут подходить.

**2.** Добавить все оставшиеся компоненты и замесить все в эластичное тесто. Приготовленное тесто прикрыть салфеткой и оставить еще на 30 минут.

**3.** Придать тесту продолговатую форму буханки, выложить на посыпанный мукой противень и дать «дозреть» еще 30 минут.

**4.** Разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче

воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3). Желток взболтать с молоком, обмазать хлеб полученной смесью и выпекать в духовке примерно 50 минут.

Программа: полноценный хлеб с изюмом или нормальный хлеб, величина: L, окраска: светлая. При работе по программе «Полноценный хлеб с изюмом» изюм добавляется после звукового сигнала.

### СОВЕТ

Можно выпекать воскресный хлеб и в разъемной форме. Следует, однако, помнить, что в этом случае время выпечки увеличивается.



## ТВОРОЖНЫЙ ХЛЕБ

**1.** Для приготовления опары развести дрожжи и мед в молоке, затем смешать с одной третью всего количества муки. Дать опаре подойти 20–30 минут.

**2.** Оставшуюся муку высыпать в большую миску. Муку смешать с солью, творогом и сливочным маслом, после этого в центре сделать углубление и вылить в него опару. Замешать все компоненты в эластичное тесто.

**3.** Приготовленному тесту придать форму шара, прикрыть салфеткой и поставить в теплое место на 30 минут подходить. Затем снова промесить тесто, разделить его на несколько частей, из каждой вылепить хлеб продолговатой формы.

**4.** Затем выложить весь хлеб на посыпанный мукой противень, прикрыть салфеткой и дать «дозреть» еще 15 минут.

**5.** Разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3). Перед тем как поместить хлеб в духовку, острым ножом необходимо сделать на поверхности теста косые надрезы. Выпекать хлеб на средней полке духовки в течение 30 минут, после чего ненадолго вынуть из духовки, обмазать сверху небольшим количеством сгущенного или обычного молока и выпекать еще 5–10 минут до готовности.

Программа: обычный хлеб, быстрое выпекание, величина: L, окраска: средняя.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 20 г свежих дрожжей
- 0,5 ст. л. меда
- 250 г теплого молока
- 500 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 1 ч. л. соли
- 100 г творога (20% жирности)
- 30 г сливочного масла комнатной температуры
- На кончике ножа – шафран
- Немного муки для посыпания противня



## БАТОН С ИЗЮМОМ ПО-КЁЛЬНСКИ ►

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 60 г изюма
- 30 г свежих дрожжей
- Немного теплой воды
- 350 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 200 г обезжиренного творога
- 60 г сахарного песка
- 60 г сливочного масла комнатной температуры
- 2 яйца
- 1 щепотка соли
- Масло или жир для смазывания формы

**1.** Залить изюм горячей водой и оставить на несколько часов до размягчения.

**2.** Дрожжи развести в небольшом количестве воды. Просеянную муку высыпать в миску, добавить творог, сахарный песок, сливочное масло, яйца и соль, а также дрожжи и замесить гладкое, блестящее тесто. В последнюю очередь добавить размоченный в воде изюм. Придать тесту продолговатую форму.

**3.** Разъемную форму для выпечки (средней величины) обильно смазать маслом или жиром, положить туда тесто и поставить в теплое место до тех пор, пока тесто не увеличится вдвое в объеме. Разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3).

**4.** Выпекать хлеб в духовке примерно 30 минут. В ходе выпечки обязатель-

но проверить степень готовности при помощи деревянной иглы! Если хлеб не пропекся, хотя и приобрел коричневатый оттенок, прикройте его алюминиевой фольгой и выпекайте так до готовности.

**5.** Когда хлеб будет готов, сразу же вынуть его из духовки и выложить на кухонную решетку для остывания.

Программа: хлеб с изюмом или нормальный хлеб, быстрая выпечка, величина: М, окраска: средняя. При работе по программе «Хлеб с изюмом» изюм добавляется после звукового сигнала.

### СОВЕТ

Простой способ ароматизировать и одновременно размягчить изюм – положить ягоды в стеклянную банку и залить их ромом. В таком виде изюм можно некоторое время хранить в холодильнике.





## Булочки, выпекаемые в духовке или в печи-автомате

Тесто для выпечки булочек, приготовляемое в автомате, созревает и подходит при оптимальном температурном режиме. Вам остается лишь взять готовое тесто из автомата и сделать из него булочки. К сожалению, автомат не позволяет готовить тесто в таймерном режиме.

Не забудьте еще раз посмотреть инструкцию к вашей печи-автомату с указаниями последовательности внесения ингредиентов!

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Для приготовления дрожжевого теста:

- 20 г свежих дрожжей
- 150 г теплой воды
- 300 г пшеничной муки грубого помола
- 0,5 ч. л. соли
- 25 г мягкого сливочного масла
- 2 ст. л. грушевого сока с мякотью

### Добавки:

- 25 г кураги
- 25 г лесных орехов
- 25 г крупного изюма
- 25 г семечек подсолнуха
- 25 г кунжута

### Кроме того:

- Немного молока для обмазывания хлеба
- Жир или масло для смазывания противня

## Булочки с мюсли

(для 12–15 булочек)

**1.** Дрожжи развести в воде. Добавить остальные компоненты для приготовления дрожжевого теста и замесить эластичное гладкое тесто. Приготовленное тесто прикрыть салфеткой и поместить в теплое место на 1 час подойти.

**2.** Мелко нарезать абрикосы и измельчить ядра лесных орехов. Смешать орехи и абрикосы с изюмом и кунжутом и добавить эту смесь в тесто.

**3.** Из теста сформировать равные по величине булочки и поместить их на смазанный жиром или маслом противень. Прикрыть булочки салфеткой, поставить противень в теплое место на 30 минут. Затем разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3) и поставить на ее дно огнеустойчивую миску с водой.

**4.** Булочки выпекать на средней полке предварительно разогретой духовки 20–25 минут. За 10 минут до истечения указанного времени булочки вынуть из духовки, обмазать молоком и затем выпекать до готовности.



При работе с автоматом

Программа: тесто.

После приготовления теста далее согласно рецепту п. 3

## БУЛОЧКИ ИЗ МУКИ СПЕЛЬТЫ С ОРЕХАМИ

(ПРИМЕРНО ДЛЯ 20 БУЛОЧЕК)

**1.** Просеянную муку высыпать в миску, добавить разведенные дрожжи, мед, соль и воду, после чего замесить гладкое дрожжевое тесто. Добавить в тесто молотые миндаль и лесные орехи, в последнюю очередь изюм. Прикрыть тесто салфеткой и поставить минимум на 40 минут подходить (до удвоения объема).

**2.** По истечении указанного времени снова недолго промесить тесто и придать ему форму рулета. Полученный рулет разрезать на 20 частей и сформировать из них булочки. Булочки выложить на смазанный жиром или маслом противень, прикрыть салфеткой и дать еще 30 минут «дозреть». Разогреть духовку до 220 °С (температура при принудительной подаче воздуха 200 °С, регулятор газа – в положении 4), на дно духовки поставить наполненную водой миску из огнеупорного материала.

**3.** Уменьшить температуру в духовке до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3)

и выпекать булочки на средней полке духовки в течение 25 минут. За 10 минут до истечения указанного времени вынуть булочки и смазать их молоком.

*При работе с автоматом*

Использовать 300 г воды.

Программа: тесто. После приготовления теста – согласно рецепту п. 3

### СОВЕТ

По воскресеньям свежие булочки всегда должны быть под рукой, поэтому испеките булочки днем раньше, но не до конца, а примерно до половины готовности, т.е. при 200° С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3) в течение 10 минут. Дайте булочкам остыть и поместите их в мешочек для заморозки. На следующий день сбрызните их водой и выпекайте в предварительно разогретой духовке при 220 °С в течение 10–15 минут до готовности. Этот способ можно использовать для всех булочек!

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 450 г муки спельты грубого помола
- 30 г дрожжей
- 3 ст. л. меда
- 1 щепотка соли
- Примерно 350 г воды комнатной температуры
- 100 г миндаля
- 100 г лесных орехов
- 100 г изюма

### Кроме того:

- Немного молока для обмазки
- Жир или масло для смазывания противня



## ХЛЕБ И БУЛОЧКИ, ПРИГОТОВЛЕННЫЕ ТРАДИЦИОННЫМ СПОСОБОМ

Также без автомата вы можете наколдовать великолепно душистые булочки и хлеба на стол для завтрака – либо с двумя следующими рецептами, либо с рецептом бриоши (на с. 60). Это тесто вы можете спокойно оставить на всю ночь подходить, а печь следующим утром.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 250 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 2 ч. л. разрыхлителя теста
- 0,5 ч. л. соли
- 250 г пшеничной муки (тип 1050, мука 2-го сорта)
- 1 ст. л. сахарного песка
- 400 г молока
- Жир или масло для смазывания формы

### ХЛЕБ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ ГРУБОГО ПОМОЛА С ОТРУБЯМИ

**1.** Муку (тип 550, мука 1-го сорта) смешать с разрыхлителем теста и просеять в миску. Добавить соль.

**2.** В получившуюся смесь добавить муку (тип 1050, 2-й сорт) вместе с сахарным песком. Долить к смеси молока и при помощи месильного крюка ручного тестомесителя заме-

сить довольно густое тесто. Приготовленное тесто оставить на 10 минут подойти.

**3.** Разогреть духовку до 190 °С (температура при принудительной подаче воздуха 170 °С, регулятор газа – в положении 2–3). Форму для выпечки смазать жиром или маслом, выложить в нее тесто, смазать сверху небольшим количеством молока и выпекать на средней полке духовки в течение 45 минут.

**4.** Готовый хлеб сразу же вынуть из формы и дать ему остыть на кухонной решетке.

#### СОВЕТ

Этот простой в изготовлении хлеб готов уже через час! Он самая настоящая палочка-выручалочка для любой хозяйки! Но хранить его следует иначе, чем обычный дрожжевой хлеб или хлеб на закваске – в плотно закрывающейся емкости и в холодном месте.





## ХЛЕБ НА СКОРУЮ РУКУ ПО-ИРЛАНДСКИ

**1.** Просеять пшеничную обойную муку (тонко намолотую) в миску, добавить в нее разрыхлитель теста, питьевую соду и соль. Затем подмешать к ней пшеничную муку более грубого помола и сахарный песок.

**2.** Добавить сливочное масло и при помощи месильного крюка ручного тестомесителя замесить тесто. Тесто должно быть плотным, но эластичным.

**3.** Придать тесту круглую форму и поместить на выложенный кулинарной бумагой противень.

**4.** Поверхность будущего хлеба посыпать мукой и надрезать поверх-

ность в форме креста. Прикрыть салфеткой и дать примерно 15 минут «дозреть», предварительно разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3).

**5.** Поставить хлеб на среднюю полку духовки и выпекать в течение 1 часа до появления золотисто-коричневого оттенка.

### СОВЕТ

Этот традиционный ирландский рецепт хлеба с содой – не важно, будет он сладкий или же тяжелый – великолепная основа для завтрака.

## ПАСТА ИЗ ЛОСОСЯ ДЛЯ БУТЕРБРОДОВ

**1.** Нарезать на мелкие кусочки копченую лососину, смешать с сыром «Филадельфия» и сметаной. Вымытый укроп отряхнуть от воды, срезать «метелочки» и добавить к смеси сметаны и сыра.

**2.** Растереть массу в пюре, приправить солью и перцем.

### СОВЕТ

Бутерброды приобретают праздничный вид, если поверх пасты из лосося положить немного икры форели или же лососевой икры.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 250 г пшеничной обойной муки (тонко намолотой)
- 2 ч. л. разрыхлителя теста
- На кончике ножа соли
- 1 ч. л. питьевой соды
- 750 г пшеничной муки (несколько более грубого помола)
- 1 ст. л. сахарного песка
- 25 г мягкого сливочного масла
- 400 г молока комнатной температуры

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 200 г копченой лососины
- 150 г сыра из цельного молока
- 50 г сметаны
- 1 пучок свежего укропа
- Соль
- Перец



## БРИОШИ ►

(ПРИМЕРНО ДЛЯ 20 БРИОШЕЙ)

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 20 г свежих дрожжей
- 100 г теплого молока
- 4–6 яиц  
(в зависимости от величины)
- 500 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 1 ч. л. соли
- 50 г сахарного песка
- 300 г очень мягкого сливочного масла

### Кроме того:

- 1 желток
- Немного молока
- Жир или масло для смазывания форм

**1.** Развести дрожжи в небольшом количестве молока. Взбить яйца. Просеять муку в большую миску, сделать в муке небольшое углубление и в него поместить сахар и соль. Смешать разведенные дрожжи с оставшимся молоком и вылить в углубление.

**2.** При помощи месильного крюка ручного тестомесителя слегка замесить компоненты, постепенно добавляя молочно-дрожжевую смесь и взбитые яйца. Тесто необходимо замешивать как минимум 5 минут и весьма тщательно! После этого добавить сливочное масло и продолжать замешивать тесто еще 10 минут.

**3.** Готовое тесто прикрыть салфеткой и поставить в теплое место на 5–6 часов примерно до удвоения его объема.

**4.** По истечении указанного времени тесто снова недолго замесить, затем выложить на посыпанной мукой противень и раскатать на нем два рулета (толстый и тонкий). Толстый рулет должен соответствовать диаметру маленьких форм для кекса, более тонкий рулет должен иметь диаметр примерно 3 см – он пойдет на «коронки».

**5.** Толстый рулет поделить примерно на 20 частей и выложить их в формочки для кексов, предварительно смазанные жиром или маслом. Каждый кусок теста необходимо острым ножом надрезать крест-накрест, края надрезов слегка расширить. Тонкий

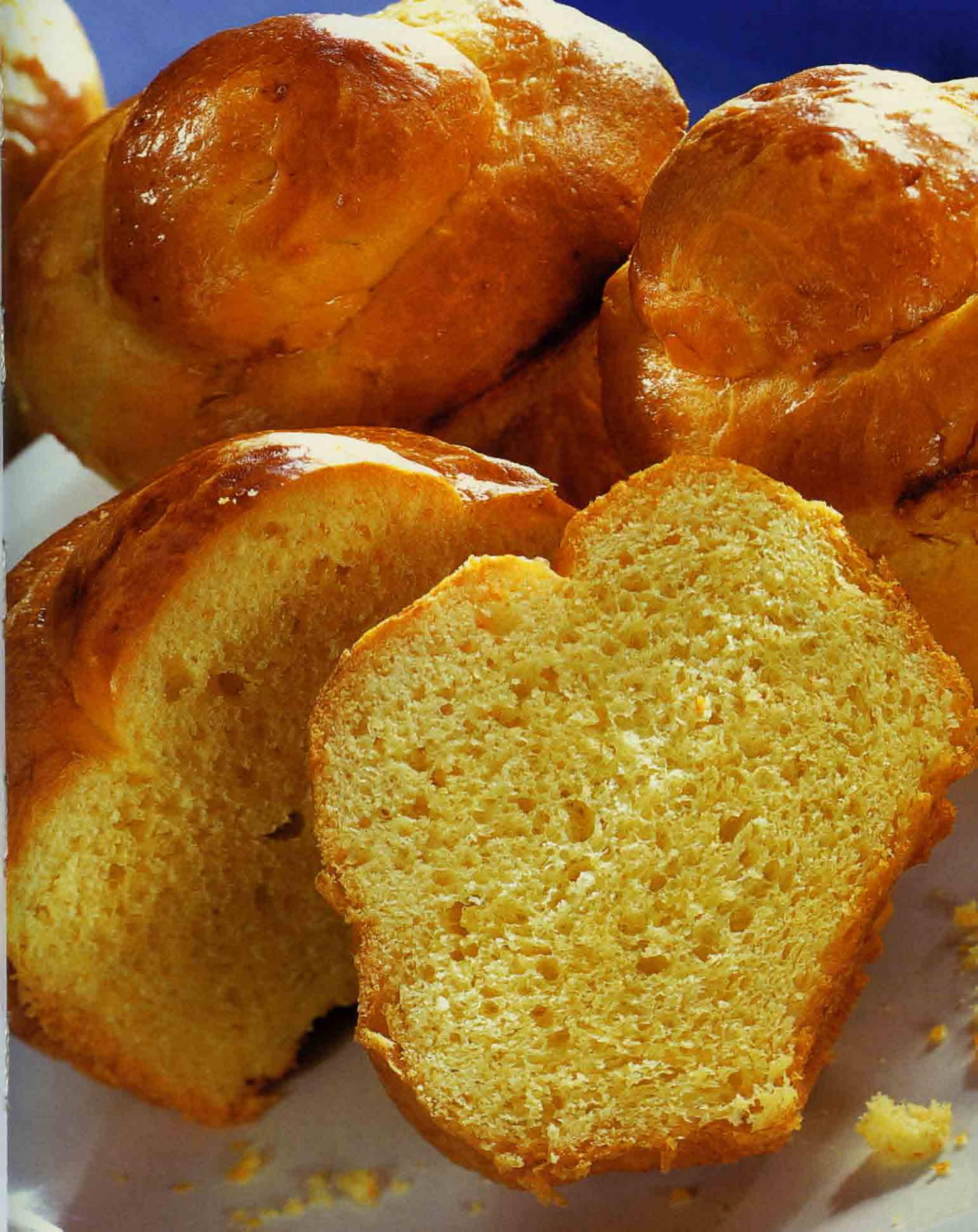
разделить на 20 кусочков и скатать из них шарики, эти шарики аккуратно положить в крестообразные надрезы. Размешать желток с небольшим количеством молока и полученной смесью обмазать бриоши.

**6.** Бриоши прикрыть салфеткой и оставить при комнатной температуре на 30 минут «дозреть». Предварительно разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3). Выложить бриоши на противень и выпекать в духовке на средней полке от 30 до 40 минут (в зависимости от величины формочек).

### СОВЕТ

Если у вас не окажется под рукой сразу 20 формочек для кексов, разделите тесто на 2 равные части – для выпечки двух партий по 10 бриошей в каждой. Тесто для первой партии разместите в 10 формочках, а тесто для второй партии оставьте в миске. В качестве замены вы можете воспользоваться формами для выпечки «маффинов».









***ХЛЕБ И ВЫПЕЧКА  
ДЛЯ ВЕЧЕРИНОК***

Не забудьте еще раз посмотреть инструкцию к вашей печи-автомату с указаниями последовательности внесения ингредиентов!

## ХЛЕБ, ВЫПЕКАЕМЫЙ В ПЕЧИ-АВТОМАТЕ

Разнообразный ассортимент хлеба обогатит любое меню. В особенности это актуально для приемов и всевозможных вечеринок. Не забудьте, что для каждого блюда или закуски должен быть свой хлеб. Поэтому необходимо заранее отобрать соответствующие рецепты и испечь хлеб накануне.

### ХЛЕБ С КРАБАМИ

- 30 г свежих дрожжей ■ 400 г воды ■ 1 ч. л. сахарного песка
- 600 г муки спельты грубого помола ■ 2 ч. л. соли ■ 1 ст. л. оливкового масла
- 3 ст. л. вареных, насухо отжатых в кухонной бумаге и обваленных в муке крабов ■ 2 ч. л. свежего и мелко нарубленного укропа
- Немного мускатного ореха

Программа: полноценный хлеб, величина: XL,  
окраска: светлая

### ХЛЕБ С МАСЛИНАМИ И АНЧОУСАМИ

- 2 ч. л. сухих дрожжей ■ 1 ч. л. сахарного песка ■ 150 г ржаной муки грубого помола ■ 300 г пшеничной муки грубого помола ■ 1 ч. л. соли
- Немного перца ■ 2 ст. л. оливкового масла ■ 5–6 штук филе анчоусов (консервированных; филе рекомендуется ополоснуть водой и мелко нарезать)
- 30 мелких зеленых, фаршированных красным перцем маслин (очень тонко нарезанных) ■ 270 г воды

Программа: полноценный хлеб, величина: L, окраска: средняя

### Пивной хлеб

- 1,5 ч. л. сухих дрожжей ■ 1,5 ч. л. бурого сахара
- 250 г пшеничной муки грубого помола или муки спельты
- 200 г ржаной муки (тип 997, мука тонкого помола ■ 1,5 ч. л. соли
- 1 ч. л. молотого тмина ■ 175 г пива (солодового) ■ 140 г воды

Программа: полноценный или нормальный хлеб, величина: L,  
окраска: средняя

Очень вкусен хлеб с пастой из анчоусов: для приготовления пасты из анчоусов возьмите 8 штук филе анчоусов, ополосните водой и нарежьте на узкие полоски. Растопите в горшочке 60 г масла, затем при помощи вилки разомните филе в пастообразную массу.

## БЕЛЫЙ ХЛЕБ С ПОДЖАРЕННЫМ ЯЧМЕНЕМ

- 2 ч. л. дрожжей ■ 1 ч. л. сахарного песка ■ 350 г пшеничной муки (тип 405, мука высшего сорта) ■ 50 г тонко молотого пшена ■ 50 г «сонам цампа» (обжаренный молотый ячмень, можно приобрести в отделах диетического питания) ■ 50 г зародышей пшеничного зерна
- 50 г обжаренных семян кунжута ■ 1,5 ч. л. соли
- 1 ч. л. фенхеля (молотого) ■ 1 ч. л. аниса (молотого)
- 125 г молока ■ 250 г воды

Программа: обычный хлеб, величина: L, окраска: средняя

## ХЛЕБ С ЛУКОМ И СЫРОМ

- 2 ч. л. сухих дрожжей ■ 1 ч. л. сахарного песка ■ 500 г пшеничной муки грубого помола ■ 1,5 ч. л. соли ■ 2 ч. л. молотых приправ для выпечки хлеба
- 125 г нарезанного на мелкие кубики горного сыра (можно заменить любым твердым ароматным сыром) ■ Охлажденный, нарезанный колечками и обжаренный лук ■ 300–350 г воды

Программа: полноценный хлеб, величина: L, окраска: средняя

## ХЛЕБ С ОРЕХАМИ И БАНАНАМИ

- 400 г пшеничной муки грубого помола ■ 3 ч. л. разрыхлителя теста
- 150 г бурого сахара ■ Немного соли ■ 125 г молотых лесных орехов
- 1/2 ч. л. ванильного сахара ■ 200 г сушеных банановых чипсов
- 3 яйца ■ 150 г мягкого сливочного масла
- Примерно 150 г молока

Программа: полноценный или нормальный хлеб, величина: L, окраска: средняя

## СЛАДКИЙ ХЛЕБ К ПРАЗДНИКУ

- 30 г свежих дрожжей ■ 3 ст. л. бурого тростникового сахара
- 550 г пшеничной муки грубого помола ■ 2 ч. л. соли
- 1 ст. л. орехового масла ■ По 40 г вымытого и высушенного мелкого и крупного изюма ■ Апельсиновые цукаты, нарезанные тонкими кубиками ■ 400 г воды

Программа: полноценный хлеб с изюмом, величина: L, окраска: светлая

Для приготовления обжаренного лука следует взять 3 луковицы, очистить их от кожуры и нарезать тонкими полукольцами, затем обжарить их на сливочном масле. Количество жидкости зависит от количества используемого сливочного масла для обжаривания.

Крупный и мелкий изюм, цукаты из апельсиновой и лимонной корки добавлять после звукового сигнала.

Не забудьте еще раз посмотреть инструкцию к вашей печи-автомату с указаниями последовательности внесения ингредиентов!

## ХЛЕБ, ЗАМЕШЕННЫЙ АВТОМАТОМ ИЛИ ТРАДИЦИОННЫМ СПОСОБОМ И ВЫПЕКАЕМЫЙ В ДУХОВКЕ

Выпекая мелкоштучные хлебобулочные изделия, можно придать приготовленному по различным рецептам тесту самую разнообразную форму. В зависимости от ситуации вы можете выбрать жердочки, рожки, булочки или кренделя или же придумать любую другую форму, какую подскажет ваше воображение.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 25 г свежих дрожжей
- 1 ч. л. меда
- 5 ст. л. теплой воды
- 500 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- На кончике ножа – кайенский перец
- 1,5 ч. л. соли
- 40 г сливочного масла
- 300 г томатного пюре (консервированного – очищенные томаты или томаты для пиццы)
- 5 маринованных и высушенных, тонко нарезанных томатов

Для обмазывания:

- 1 желток

## ТОМАТНЫЕ ПАЛОЧКИ ▶

(ПРИМЕРНО НА 20 ШТУК)

**1.** Дрожжи развести в воде с медом. Просеянную муку высыпать в миску, добавить разведенные в воде дрожжи и остальные компоненты и замесить гладкое тесто. Прикрыть тесто салфеткой и при комнатной температуре дать ему подойти 30–40 минут.

**2.** Раскатать готовое тесто в лист толщиной в палец и разделить его на 20 квадратов. Каждый квадрат свернуть, начиная от угла. Палочки выложить на посыпанный мукой противень, прикрыть салфеткой и дать «дозреть» еще 15 минут.

**3.** Разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3). Палочки обмазать взбитым желтком и выпекать на средней полке духовки примерно 25 минут.

### СОВЕТЫ

■ Нарезьте еще теплые палочки и намажьте сверху приготовленной вами пастой «Зеваль» (1 чайная ложка на каждую палочку. Рецепт см. на с. 46).

■ Лучше всего томатные палочки употребить в пищу в день выпечки – дело в том, что они довольно быстро черствеют. Можно, конечно, поставить на несколько минут в горячую духовку и не совсем свежие изделия и таким образом выйти из положения.

При работе с автоматом

Программа: тесто, затем далее согласно рецепту п. 2





## ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 кубик свежих дрожжей (42 г)
- 180–200 г теплой воды
- 300 г муки спельты (грубого помола)
- 200 г пшеничной муки
- 1 щепотка сахарного песка
- 2 ч. л. соли
- 2 ч. л. молотого тмина
- 100 г натертого твердого сыра
- 80 г сливочного масла
- 2 яйца

### Для обмазывания:

- 1 яйцо
- Немного соли

### Для посыпания:

- По 2 ст. л. мака, кунжута и льняного семени

## ИНГРЕДИЕНТЫ

- 60 г черных мелких маслин
- 30 г свежих дрожжей
- 200 г теплой воды
- 350 г пшеничной муки (тип 405, мука высшего сорта)
- 1 ч. л. сахарного песка
- 0,5 ч. л. соли

## РОЖКИ «ЛАКОМКА»

(ПРИМЕРНО ДЛЯ 20 ШТУК)

**1.** Дрожжи развести в чашке с небольшим количеством воды. Оба сорта муки просеять в миску, затем добавить все компоненты, кроме дрожжей. Разведенные свежие дрожжи и оставшуюся воду влить в самом конце.

**2.** При помощи месильного крюка ручного тестомесителя или кухонной машины замесить перечисленные компоненты в блестящее и эластичное тесто.

**3.** Прикрыть тесто салфеткой и поставить в теплое место до удваивания объема.

**4.** Скатать тесто в валик и разделить его на 20 равных кусков. Куски раскатать руками в продолговатые поло-

ски длиной примерно 15 см. Оба конца каждой полоски связать между собой и перекрутить их, после чего придать им форму рожка.

**5.** Разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3). Выложить рожки на посыпанный мукой противень. Взбить яйца с небольшим количеством соли и обмазать полученной массой рожки, сверху посыпать смесью масличных семян. Выпекать в духовке 20–25 минут.

*При работе с автоматом*

Программа: тесто, далее см. рецепт п. 3

## БУЛОЧКИ С МАСЛИНАМИ

(ПРИМЕРНО ДЛЯ 20 ШТУК)

**1.** Очистить маслины от косточек и мелко нарезать. Дрожжи развести в воде. Смешать муку, остальные компоненты, в последнюю очередь добавив разведенные дрожжи и оставшуюся воду.

**2.** Все компоненты замесить при помощи месильного крюка ручного тестомесителя или кухонной машины в блестящее и эластичное тесто. Тесто прикрыть салфеткой и помес-

тить в теплое место подойти примерно на 60 минут до удвоения объема.

**3.** Раскатать тесто на посыпанной мукой поверхности в валик. Полученный валик разделить на 20 равных кусков и придать им форму булочек. Разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3).

4. Сбрызнуть булочки чуть теплой водой и выпекать на средней полке духовки в течение примерно 20 минут.

*При работе с автоматом*  
Программа: тесто, затем см. рецепт п. 3

## БУЛОЧКИ С РОЗМАРИНОМ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ (ПРИМЕРНО НА 25 БУЛОЧЕК)

1. Крупный изюм размочить в теплой воде. Розмарин вымыть, насухо отряхнуть и отделить иглы. Разогреть в небольшой кастрюле растительное масло и обжарить в нем иглы розмарина (не допуская их потемнения!). Масло отфильтровать и отставить в сторону. Крупный изюм отжать от воды в кухонной бумаге.

2. Развести дрожжи в стакане теплой воды. Просеянную муку высыпать в миску, проделать в центре углубление и вылить в него разведенные дрожжи, добавив небольшое количество муки. Опару прикрыть салфеткой и поместить примерно на 30 минут в теплое место подходить.

3. Добавить соль, масло розмарина и изюм. Тесто энергично замесить, подливая при этом время от времени теплую воду. Тесто месить до тех пор, пока оно не станет эластичным.

4. Плотнo прикрыть тесто влажной салфеткой и оставить еще на 2 часа подходить. Затем, предварительно смазав руки маслом, вылепить из теста небольшие булочки овальной формы. При помощи острого ножа крест-накрест надрезать поверхность було-

чек и выложить их на посыпанный мукой противень. Прикрыть их салфеткой и дать еще 30 минут «дозреть».

5. Разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3) и выпекать булочки на средней полке духовки 15–20 минут.

*При работе с автоматом*  
Компоненты подготовить согласно рецепту п. 1.  
Программа: тесто, затем далее см. рецепт п. 4.  
**Внимание!** Необходимо следить за тем, чтобы тесто сохраняло достаточную влажность.

- 0,5 зубчика чеснока (раздавленного в ручном прессе)
- По 1 ч. л. мелко нарезанных игл розмарина и листьев тимьяна
- Теплая вода

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 2 ст. л. крупного изюма
- 2 свежих ветки розмарина
- 5 ст. л. растительного масла
- 20 г свежих дрожжей
- 1 стакан теплой воды
- 400 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 0,5 ч. л. соли

## КРАСНЫЕ БУЛОЧКИ ДЛЯ ВЕЧЕРИНКИ ►

(ПРИМЕРНО ДЛЯ 10 ШТУК)

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 100 г отваренной красной свеклы
- 1 зубчик чеснока
- 1,5 ч. л. соли
- 2 кусочка (величиной с горошину) свежих дрожжей
- 100 г теплой воды
- 200 г пшеничной муки грубого помола
- 2 ст. л. рапсового масла

**1.** Натереть на крупной терке красную свеклу. Очищенный от кожуры чеснок пропустить через ручной пресс и добавить к нему соль.

**2.** Для приготовления дрожжевого теста развести дрожжи в воде. Просеянную муку высыпать в миску, туда же добавить разведенные в воде дрожжи и масло. Замесить гладкое тесто. Прикрыть тесто салфеткой и поставить его как минимум на 30 минут в теплое место подходить.

**3.** Добавить к тесту красную свеклу. Готовое тесто раскатать в валик, затем разделить его на 10 равных кусков и сформировать из них булочки. Булочки выложить на посыпанный мукой противень, прикрыть салфеткой и поставить еще на 30 минут в теплое место.

**4.** Разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче

воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 4). Выпекать булочки на средней полке духовки 20–25 минут.

### СОВЕТ

Булочки можно подать и с пастой «Пикантная» (рецепт приготовления – см. ниже). Разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3). Разрезать булочки пополам и каждую половинку намазать 1 ст. л. пасты «Пикантная». Поместить половинки в горячую духовку на 10 минут. Очень вкусно.

*При работе с автоматом*

Все компоненты добавлять в нужной последовательности.

Программа: тесто, затем далее согласно рецепту п. 4

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 200 г мягкого камамбера
- 100 г сливочного масла
- 1 ст. л. лука-резанца
- 2 ст. л. укропа
- Соль, перец
- 3 ст. л. белого вина
- Редис
- Немного зелени петрушки

## БУЛОЧКИ С МЮСЛИ

(ДЛЯ 12–15 БУЛОЧЕК)

**1.** Камамбер нарезать на мелкие кубики и перемешать со сливочным маслом. Помытый лук-резанец и укроп отряхнуть от воды, мелко нарезать, затем добавить к смеси камамбера масла и тщательно размешать.

**2.** Приготовленную массу приправить солью, перцем, добавить вино и редис. В зависимости от времени года это могут быть сладкий перец, помидоры, зелень петрушки или же нарезанный колечками лук.



## ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1,5 ч. л. сухих дрожжей
- 400 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 1 ч. л. сахара
- 2 ч. л. соли
- 3 ст. л. оливкового масла
- 210 г теплой воды

## ТЕСТО ДЛЯ ПИЦЦЫ

**1.** Смешать в миске сухие дрожжи и муку. Добавить остальные компоненты, в последнюю очередь воду. При помощи месильного крюка ручного тестомесителя или кухонной машины замесить блестящее и эластичное тесто.

**2.** Прикрыть тесто салфеткой и поставить в теплое место подходить (до удвоения объема).

**3.** Разделить тесто на 4–6 равных кусков. Каждый кусок раскатать в тонкую лепешку, выложить на круглый противень для выпекания пиццы, после чего выложить на него желаемые компоненты пиццы. Разогреть до 250 °С духовку (температура при принудительной подаче воздуха 230 °С, регулятор газа – в положении 5–6) и выпекать пиццу на нижней полке духовки около 20 минут.

*При работе с автоматом*

Программа: тесто, затем далее согласно рецепту п. 2

### ВАРИАНТЫ

#### Хлеб для пиццы

##### с чесноком и розмарином

Тесто разделить на несколько кусков и каждый кусок раскатать в тонкую лепешку, выложить их на круглый противень для выпекания пиццы. Каждую лепешку полить 1 ч. л. оливкового масла, посыпать иглами розмарина, солью, перцем и чесноком (мелко нарезанная половинка 1 зубчика чеснока). Выпекать хлеб

пиццы в разогретой до 220 °С духовке (температура при принудительной подаче воздуха 200 °С, регулятор газа – в положении 4) 5–7 минут.

#### Хлеб для пиццы

##### с чесноком и помидорами

Тесто разделить на несколько кусков и каждый кусок раскатать в тонкую лепешку. На каждую лепешку выложить 1 ст. л. томатного пюре (лучше всего консервированные помидоры для приготовления пиццы), мелко нарезанный чеснок (1,5 зубчика), несколько листьев базилика, соль и перец. Хлеб для пиццы выпекать при температуре 220 °С (температура при принудительной подаче воздуха 200 °С, регулятор газа – в положении 4) 5–7 минут.

#### Лепешка с овощными приправами

К приготовленному тесту добавить 2 ст. л. смеси овощных приправ.

#### Лепешка из пшеничной обойной муки

Вместо крупчатки вы можете использовать при приготовлении теста для пиццы также и пшеничную муку грубого помола. При этом количество воды необходимо довести до 280 г.

### СОВЕТ

При работе с автоматом тесто готовится без добавок овощных приправ. Затем оно делится на три равных куска, и каждый кусок помещается в декоративную форму для выпечки.

## ПИЦЦА ПО-ИЗРАИЛЬСКИ (ПИТА) (ПРИМЕРНО ДЛЯ 10 ШТУК)

**1.** Развести дрожжи с сахарным песком в части воды, прикрыть крышкой и оставить на 10 минут. По истечении указанного времени добавить оставшуюся воду и соль. Постепенно добавляя муку, тщательно замесить плотное тесто. После этого тесто выложить в смазанную маслом миску, прикрыть салфеткой и оставить на 1 час.

**2.** Из теста скатать 12 небольших шариков, затем прикрыть их салфеткой и оставить еще на 10 минут «дозреть». По истечении указанного времени шарики выложить на посыпанный мукой противень и сплющить их в лепешки толщиной примерно в полсантиметра. Лепешки прикрыть салфеткой и оставить еще на 10 минут. Разогреть до 200 °С духовку (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3).

**3.** Расположить лепешки поодаль друг от друга на посыпанном мукой противне и выпекать в духовке в течение 8 минут. Когда лепешки изогнутся и примут коричневатый оттенок, можно считать, что они готовы.

### СОВЕТ

Сделав на лепешках надрез, положите в образовавшийся карман пасту «Хумус» (рецепт приготовления этой пасты см. ниже), острый соус из помидоров, красного перца и отростков альфафалы – именно так и едят их в Израиле

При работе с автоматом

Программа: тесто, затем согласно п. 3 рецепта

## ПАСТА «ХУМУС»

(НА 4–6 ПЕРСОН)

**1.** Помыть и очистить горох, залить водой и оставить на ночь. На следующий день добавить лавровый лист и в течение 1,5 часов варить горох до полного размягчения в той же воде, в которой он размачивался.

**2.** Вынуть лавровый лист и истолочь готовый горох в пюре.

**3.** Очистить от кожуры чеснок, продавить в ручном прессе и добавить к гороховому пюре, затем добавить в массу лимонный сок, сушеную мяту, соль, овощные приправы и перец.

**4.** Выложить массу в широкую миску, сделать в центре углубление и залить в него оливковое масло.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 30 г свежих дрожжей
- 1 ч. л. сахарного песка
- 1 ¼ чашки теплой воды
- 1 ч. л. соли
- 4 чашки пшеничной муки (тип 405, мука высшего сорта)

Слово «пита» (или «пат») можно встретить в иудейском Талмуде. Оно означает «кусочек хлеба». И поныне в Малой Азии и Северной Африке хлеб сохранил название «пита».

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 400 г нута (турецкого гороха; Cicer L.)
- Около 1,5 л воды
- 1 лавровый лист
- 3–4 зубчика чеснока
- Сок 1–2 лимонов
- 1 ч. л. сушеной мяты
- Соль
- Перец
- Оливковое масло

## РУЛЕТ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С НАЧИНКОЙ ИЗ ОВОЩНЫХ ПРИПРАВ И ШПИГА ►

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Для приготовления теста:

- 0,5 кубика свежих дрожжей (21 г)
- 100 г теплой воды
- 500 г пшеничной муки (тип 405, мука высшего сорта)
- 1,5 ч. л. соли
- 30 г мягкого сливочного масла
- 1 щепотка сахарного песка
- Около 200 г теплого молока

Для приготовления начинки:

- 70 г сливочного масла
- 100 г шпига, нарезанного мелкими кубиками
- 3 нарезанных кубиками луковицы
- 2 пучка зелени петрушки
- 1 пучок базилика
- Соль, перец

Для обмазывания:

- 1 яйцо
- Немного воды
- Соль

**1.** Развести дрожжи в небольшом количестве воды, добавить перечисленные в рецепте компоненты и замесить гладкое тесто. Прикрыть тесто салфеткой и оставить на 2 часа в теплом месте подходить.

**2.** Растопить на сковороде сливочное масло и слегка обжарить на нем нарезанные на кубики шпиг и лук, затем отставить сковороду в сторону и дать остыть. Вымытые овощные приправы мелко нарезать и добавить к обжаренному шпигу и луку, после чего добавить соль и перец по вкусу.

**3.** Готовое дрожжевое тесто раскатать на посыпанном мукой противне в лист толщиной в палец, аккуратно разложить начинку по всей поверхности листа и затем скатать его в плотный рулет.

**4.** Поместить рулет швом вниз на выложенный кулинарной бумагой противень, прикрыть салфеткой и дать еще 30 минут «дозреть». Тем временем разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3).

**5.** Смешать яйцо, воду и соль и приготовленной таким образом смесью обмазать рулет, затем проткнуть его по всей поверхности вилкой. Выпекать рулет на средней полке духовки примерно 20 минут, затем снизить температуру до 180 °С (температура при принудительной подаче воздуха 160 °С, регулятор газа – в положении 2) и выпекать еще 30 минут до готовности.

**6.** Вынуть из духовки рулет и дать ему полностью охладиться.

*При работе с автоматом*

Программа: тесто, далее согласно п. 2 рецепта

### СОВЕТ

Можно добавить к начинке 50 г обжаренного арахиса или зернышек пинии или же заменить шпиг 100 г измельченного овечьего сыра.







## СОЛОДОВЫЙ ХЛЕБ ПО-НОРВЕЖСКИ

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 350 г солодового (ячменного) пива
- 25 г свежих дрожжей
- 4 ст. л. темного сиропа
- 0,5 ч. л. соли
- 0,5 ч. л. аниса
- На кончике ножа молотого перца и гвоздики
- 50 г изюма
- По 250 г ржаной (тип 997, мука тонкого помола) и пшеничной (тип 405, мука высшего сорта)

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1,5 ч. л. сухих дрожжей
- По 100 г пшеничной и ржаной муки грубого помола
- 50 г толокна
- 50 г молотого пшена
- По 1 ч. л. соли, молотого тмина и кориандра
- 300 г теплой воды

### Для посыпания:

- Семена подсолнечника или кунжута

**1.** Пиво слегка подогреть и развести в нем дрожжи. Остальные компоненты поместить в миску, залить туда дрожжи, все тщательно перемешать и замесить тесто. Тесто прикрыть чистой салфеткой и поставить примерно на 1 час в теплое место.

**2.** Затем придать тесту форму овальной буханки, выложить его на посыпанный мукой противень, прикрыть салфеткой и оставить еще на 30 минут. Разогреть духовку до 190 °С (температура при принудительной подаче воздуха 170 °С, регулятор газа – в положении 2–3).

**3.** Подошедшее тесто выпекать в духовке примерно 45 минут.

**Внимание!** В процессе выпечки хлеба по данному рецепту ни в коем случае не открывать дверцу духовки!

**4.** Когда вы вынете готовый горячий хлеб из духовки, сразу же смажьте его поверхность холодным кофе (или же подслащенной водой), это придаст ему характерный блеск.

### СОВЕТ

Чаще всего в Норвегии этот хлеб едят с холодной копченой бараниной или с норвежским сыром.

## ДЕРЕВЕНСКАЯ ЛЕПЕШКА

(НА 8 ЛЕПЕШЕК)

**1.** Сухие компоненты смешать в миске, затем, постепенно доливая воду, замесить тесто. Потом тесто прикрыть салфеткой и оставить на 2 часа в теплом месте подходить.

**2.** Разогреть духовку до 220 °С (температура при принудительной подаче воздуха 200 °С, регулятор газа – в положении 4). Противень посыпать мукой. Разделить тесто на 8 кусков и вручную (смоченными в воде руками) сформовать из них на противне лепешки толщиной примерно 1 см.

**3.** По вашему вкусу можно посыпать лепешки семечками или зернышка-

ми, затем выпекать на средней полке духовки около 25 минут.

### СОВЕТ

Приготовленные таким образом лепешки лучше всего сразу же употребить в пищу, поскольку они очень быстро черствеют. Но вы можете положить их еще теплыми в полиэтиленовый пакет, а затем в нужный момент вынуть их и, сбрызнув водой, на 5–7 минут поставить в разогретую до 220 °С духовку (температура при принудительной подаче воздуха 200 °С, регулятор газа – в положении 4).

## ХЛЕБ С ВЕТЧИНОЙ «РИКОТТА»

**1.** Смешать муку и сухие дрожжи. Замесить из закваски, соли, сахарного песка, молотого тмина и воды гладкое тесто.

**2.** Нарезать ветчину и сыр на мелкие кубики. Вымыть розмарин и тщательно отряхнуть его от воды. Отделить иглы и также мелко нарезать их. Добавить перечисленные компоненты к тесту, тщательно промесить его и, прикрыв салфеткой, поставить на 1 час в теплое место.

**3.** По истечении указанного времени снова промесить тесто и придать ему форму большой буханки. Буханку выложить на посыпанный мукой противень, смазать водой и посыпать семенами тмина, затем прикрыть салфеткой и поставить еще на 20 минут «дозреть». Разогреть духовку до 200 °С (температура при принуди-

тельной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3).

**4.** Выпекать хлеб на средней полке духовки примерно 60 минут, перед тем как вынуть, обязательно «простучать» выпекаемое изделие!



### ИНГРЕДИЕНТЫ Для приготовления теста:

- 350 г ржаной муки
- 250 г пшеничной муки
- 1 упаковка сухих дрожжей (2 ч. л.)
- 150 г закваски
- 1 ч. л. соли
- 1 ч. л. сахарного песка
- 1 ч. л. молотого тмина
- 350 г теплой воды
- 150 г вареной ветчины
- 200 г сыра «рикотта»
- 1 веточка свежего розмарина
- 2 ст. л. семян тмина

## ПАСТА ДЛЯ НАМАЗЫВАНИЯ НА ХЛЕБ ИЗ ЛИВЕРНОЙ КОЛБАСЫ

(НА 4 ПЕРСОНЫ)

**1.** Нарезать маринованные огурцы на мелкие кубики. Очистить луковицы от кожуры и тоже мелко нарезать. Смешать с остальными компонентами.

**2.** Массу приправить солью и перцем. Если она гуще, чем следует, добавить небольшое количество воды или вина и затем выставить на холод.

### СОВЕТЫ

■ Эта пряная паста в полной мере раскрывает свой аромат, намазанная именно на «Деревенскую лепешку» (рецепт на с. 76).

■ Пасту можно приготовить за день до выпечки лепешек, ее следует хранить в холодильнике.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 2 маринованных огурца
- 1 луковица
- 150 г пфальцской ливерной колбасы
- 100 г плавленого сыра
- 75 г свежего сыра
- 4 ст. л. майонеза
- 2 ст. л. горчицы
- Немного майорана
- Соль, перец

## Булочки из смешанной муки ▶

(НА 15 БУЛОЧЕК)

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- По 500 г ржаной муки тонкого и среднего помола
- 100 г пшеничной муки
- 1 ст. л. соли
- 2 ст. л. молотого пажитника (*Trigonella L.*)
- 1 ст. л. тмина
- 1 ст. л. аниса
- 200 г закваски
- 0,5–0,75 л теплой воды

**1.** В миске смешать муку, соль и приправы, в центре массы сделать углубление и выложить в него закваску. Добавив к закваске немного воды, замесить опару, накрыть ее салфеткой и оставить на 30 минут в теплом месте подходить.

**2.** При необходимости добавить к подошедшей опаре воды и замесить все компоненты в более-менее мягкое тесто. Приготовленное тесто прикрыть салфеткой и поставить на 2 часа в теплое место подходить.

**3.** Разделить тесто на куски размером с кулак. Парно выложить эти куски на посыпанный мукой противень и, прикрыв салфеткой, оставить еще на 30 минут «дозреть». Разогреть духовку до 210 °С (температура при принудительной подаче воздуха 190 °С, регулятор газа – в положении 3–4).

**4.** Выпекать булочки в духовке 25–30 минут. Готовые булочки вынуть и выложить на кухонную решетку остыть.

## ЛЕПЕШКИ С ВИНОМ И ЧЕСНОКОМ

(НА 10–12 ЛЕПЕШЕК)

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 150 г ржаной муки
- 150 г пшеничной муки
- 20 г дрожжей
- 5 ст. л. теплой воды
- 1 ч. л. сахарного песка
- 4 зубчика чеснока
- 40 г сливочного масла
- На кончике ножа ямайского (звездичного) перца
- 2 ч. л. зернышек зеленого перца (консервированного)
- 1 ч. л. соли
- 200 г сухого белого вина
- Немного соли

**1.** Смешать в миске оба сорта муки, в центре сделать углубление. Разведенные с водой и сахарным песком дрожжи вылить в углубление и замесить небольшое количество опары.

**2.** Очищенный от кожуры чеснок порезать на мелкие кубики и обжарить в масле до появления золотистого оттенка. Добавить к опаре ямайский перец, зернышки зеленого перца, соль и чеснок с маслом. Затем долить вино и замешать эластичное тесто. Тесто прикрыть салфеткой и на 1 час поставить в теплое место подходить.

**3.** Готовое тесто выложить на посыпанную мукой поверхность, раскатать его на небольшие лепешки тол-

щиной примерно в 1 см, после чего поместить на посыпанный мукой противень, прикрыть салфеткой и оставить еще на 10 минут «дозреть». Разогреть духовку до 210 °С (температура при принудительной подаче воздуха 190 °С, регулятор газа – в положении 3–4).

**4.** Перед тем как поставить лепешки в духовку, их следует обмазать горячей водой и сверху присыпать крупной солью. Выпекать лепешки в духовке в зависимости от их величины 25–30 минут.



## РЖАНЫЕ ЛЕПЕШКИ ПО-ФРАНКСКИ

### ИНГРЕДИЕНТЫ

Для приготовления теста:

- 15 г дрожжей
- Немного теплого молока
- 500 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 125 г мягкого топленого сливочного масла
- 200 г отварного, натертого на терке картофеля
- Соль
- Жир для смазывания противня

Для приготовления покрытия:

- 50 г сливочного масла
- 5 ст. л. кислых сливок
- Соль
- Тмин

### КОМПОНЕНТЫ:

- 1 пучок душистого ясенника (чуть увядшего)
- 2 фляги сухого франкского белого вина
- 1 бутылка сухого шампанского

**1.** Раскрошить дрожжи и развести с небольшим количеством муки в чуть теплом молоке. Опару прикрыть салфеткой и дать подойти около 30 минут.

**2.** По истечении указанного времени добавить к опаре топленое масло и натертый на терке отварной картофель, оставшуюся муку и небольшое количество соли и замесить тесто. Приготовленное тесто разделить на куски, которые затем раскатать в лепешки размером в ладонь.

**3.** Выложить лепешки на смазанный жиром противень. Растопить и затем охладить сливочное масло и смазать им и кислыми сливками поверхность лепешек, после чего посыпать их солью и тмином. Подготовленные лепешки оставить еще на 30 минут «дозреть». Разогреть духовку до 225 °С (температура при принуди-

тельной подаче воздуха 200 °С, регулятор газа – в положении 4).

**4.** Выпекать лепешки в духовке 15–20 минут до появления золотистого оттенка. Лучше всего подать их на стол горячими – так они вкуснее всего!

### СОВЕТЫ

■ Приготовленные по этому рецепту лепешки хорошо подать к закускам в деревенском стиле, к аперитиву или к стакану «майского вина» (пунша, приправленного душистым ясенником (*Asperula L.*) – рецепт см. ниже).

■ Готовые лепешки вполне поддаются заморозке. Замороженные лепешки выложить в духовку, разогретую до 225 °С (температура при принудительной подаче воздуха 200 °С, регулятор газа – в положении 4), и выпекать 5–7 минут.

## ПУНШ ПО-ФРАНКСКИ

(НА 18–20 СТАКАНОВ)

**1.** Хорошо охлажденное вино вылить в шарообразную емкость для приготовления крушона, положить ясенник в бумажный фильтр для чая и погрузить в вино, после чего выставить его на холод.

**2.** Через 1 час извлечь ясенник и смешать полученный винный настой с сильно охлажденным шампанским.

### СОВЕТЫ

■ Следует помнить, чтобы ясенник находился в вине не более 1 часа, в противном случае напиток наградит вас довольно ощутимой головной болью. По той же самой причине в вино не следует добавлять сахар.

■ Весьма рекомендуем вам подать к пуншу пшеничный хлеб с кокосовой стружкой (рецепт на с. 51).

## МАФФИНЫ ИЗ КУКУРУЗНОЙ МУКИ ПО-МЕКСИКАНСКИ

(НА 12 ШТУК)

**1.** Очистить от кожуры лук, вымытый сладкий перец очистить от семян и нарезать их на мелкие кубики. Лук и перец смешать в миске с яйцами, пахтой, растительным маслом, сыром и кукурузой (предварительно дать стечь жидкости). Разогреть духовку до 210 °С (температура при принудительной подаче воздуха 190 °С, регулятор газа – в положении 3–4).

**2.** В другой большой миске тщательно размешать кукурузную и пшеничную муку, разрыхлитель теста, соль и перец чили.

**3.** Теперь смешать жидкую массу с массой из муки и по возможности быстро перемешать деревянной ложкой до равномерного увлажнения смеси.

**4.** Смазать жиром углубления в форме для выпечки маффинов или же вставить в них соответствующие бумажные формочки. Заполнить углубления на две трети тестом. Выпекать маффины в духовке примерно 25 минут.

**5.** Вынуть готовые изделия, дать им несколько минут остыть в форме и затем выложить на кухонную решетку для дальнейшего охлаждения. Когда они остынут полностью, упаковать их в плотно закрывающиеся пластиковые пакеты. В таком виде можно поместить их в холодильник, где они могут храниться до 1 недели.

### СОВЕТЫ

■ Для выпечки маффинов лучше всего подойдет форма с антипригарным покрытием на 12 штук изделий. Если вы такой формой не располагаете, вставьте друг в друга 3–4 бумажных формочки либо выпекайте маффины в чашках из термостойкого материала.

■ Очень важно, чтобы при приготовлении маффинов жидкие и сухие компоненты смешивались сначала раздельно, а уже потом друг с другом.

■ Готовые изделия можно поместить в пестрые бумажные формочки, а их – в подарочные пакетики из целлофана, украшенные бантиками.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 луковица средней величины
- 0,5 стручка зеленого сладкого перца
- 2 крупных яйца
- 250 г пахты
- 75 г растительного масла
- 200 г тертогопряного сыра
- 1 маленькая баночка консервированной кукурузы
- 140 г кукурузной муки
- 120 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- 2 ч. л. разрыхлителя теста
- 0,5 ч. л. соли
- 1 ч. л. острого перца чили
- Жир для смазывания формы или 12 бумажных формочек



## ХЛЕБ БЕЗ РАЗРЫХЛИТЕЛЕЙ И СТИМУЛЯТОРОВ ПОДЪЕМА ТЕСТА

Лепешки должны быть тончайшими и подавать к столу сразу же после выпечки – лишь в этом случае они будут действительно хрустящими. Даже «освежение» в духовке подобных зачерствевших изделий вряд ли поможет: тонкие лепешки тут же подпекаются и становятся коричневыми.

### ИНДИЙСКИЕ ЛЕПЕШКИ ЧАПАТИ ▶

(НА 12 ШТУК)

#### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 250 г обойной пшеничной муки тонкого помола
- 0,25 ч. л. соли
- 0,5 чашки воды
- 2 ч. л. растительного масла

#### Для выпекания и обмазывания:

- Топленое масло

**1.** Все компоненты замесить в мягкое, эластичное тесто (при необходимости добавить воды), поместить в пакет для замораживания и дать 30 минут «дозреть». Вылепить из теста 8 небольших шариков и тонко раскатать на посыпанной мукой поверхности.

**2.** Разогреть массивную сковороду, обильно смазать ее топленым маслом и выложить на нее лепешку. Как только на поверхности появятся пузырьки, перевернуть лепешку и обжарить с другой стороны. Процесс выпечки чапати занимает лишь 1 минуту!

**3.** Готовую лепешку снять со сковороды, еще раз обмазать небольшим количеством топленого масла и поместить в разогретую до 100 °С (температура при принудительной подаче воздуха 80 °С, регулятор газа – в положении 1) духовку до тех пор, пока не будут выпечены все лепешки.

#### СОВЕТЫ

■ Вы добьетесь куда лучших результатов, если каждый раз, перед тем как положить на сковороду очередную лепешку, смажете сковороду жиром. Этот индийский хлеб в особенности вкусен, если его намазать острой пастой, например «хумусом» (рецепт на с. 73).

■ Чапати можно выпекать и на сковороде с антипригарным покрытием. В этом случае отпадает необходимость каждый раз смазывать сковороду. Выложив лепешку на такую сковороду, следует, прикрыв ее чистым полотенцем, осторожно прижать ее до появления светло-коричневых пятен.

#### ВАРИАНТ

##### Соевые чапати

Смешать в 0,5 л воды 150 г соевой муки, 150 г пшеничной муки тонкого помола, 1/4 ч. л. соли и на 30 минут положить тесто в пакет для замораживания. Соевые чапати готовят так же, как описано выше.





Не забудьте еще раз посмотреть инструкцию к вашей печи-автомату с указаниями последовательности внесения ингредиентов!

## ХЛЕБ, ВЫПЕКАЕМЫЙ В ДЕКОРАТИВНЫХ ФОРМАХ

Эти оригинальные формы с самыми различными профилями – звездочки, сердечки и т. д. – различных цветов помогут вам превратить приготовленную вами закуску в фейерверк волшебства (см. фото на с. 13). Попробуйте испечь в таких формах разноцветный хлеб: красный, желтый, зеленый, затем тонко его нарезать и создать из него нечто вроде цветков на зеленых стеблях. Уж такое ваши гости заметят непременно, в особенности если вы «высадите» ваш цветок на самый настоящий зеленый лужок из свежего кресс-салата.

### ВЫПЕЧКА В ФОРМАХ (ОСНОВНОЙ РЕЦЕПТ)

(НА 3 ИЗДЕЛИЯ РАЗЛИЧНОЙ ФОРМЫ: СЕРДЕЧКО,  
ЗВЕЗДОЧКА, ЦВЕТОК)

#### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 2 ст. л. теплой воды
- 0,5 кубика свежих дрожжей (21 г)
- 1 ч. л. сахарного песка
- 250 г теплого молока
- 60 г растопленного на сковороде сливочного масла
- 1 ч. л. соли
- 500 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта)
- Сливочное масло для смазывания форм

**1.** Развести в воде дрожжи и сахар и тщательно размешать, после чего дать смеси 5 минут постоять. В большой миске смешать молоко, сливочное масло и соль, затем добавить просеянную муку, разведенные в воде дрожжи и сахарный песок и замесить при помощи крюка ручной тестомесительной машины относительно мягкое, блестящее и эластичное тесто. Прикрыть тесто салфеткой и дать ему подойти как минимум 1 час.

**2.** Слегка смазать формы маслом. Разделить тесто на 3 куска и наполнить им каждую форму на одну треть объема. Прикрыть формы крышкой, расположить их вертикально и оставить так еще на 45 минут «дозреть». Между тем разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3).

**3.** Выпекать хлеб в вертикально стоящих формах в предварительно разогретой духовке в течение 10 минут, затем снизить температуру до 190 °С (температура при принудительной подаче воздуха 170 °С, регулятор газа – в положении 2–3) и выпекать хлеб до готовности в данном режиме еще 20–25 минут.

**4.** Готовый хлеб как можно быстрее вынуть из форм и выложить на кухонную решетку охладиться.

Программа: тесто, затем см. рецепт п. 2

#### СОВЕТ

Формы для выпечки кексов необходимо сразу же по завершении выпечки вымыть в теплой воде и тщательно протереть насухо!

## ЗЕЛЕНый ХЛЕБ ИЗ МУКИ ГРУБОГО ПОМОЛА

(НА 2 ИЗДЕЛИЯ,  
НАПРИМЕР, В ФОРМЕ ЗВЕЗДЫ)

**1.** Муку размешать с дрожжами и сахарным песком. Добавить остальные компоненты и замесить мягкое тесто, затем прикрыть его салфеткой и дать 30 минут подойти.

**2.** Очищенный от кожуры репчатый лук мелко нарезать. Вымытую петрушку или лук-резанец отряхнуть от воды и также мелко нарезать. Добавить к тесту зелень и пшеничную муку. Разогреть духовку до 200 °С (температура при принудительной подаче воздуха 180 °С, регулятор газа – в положении 3).

**3.** Далее подготовить тесто и выпекать хлеб согласно основному рецепту (как описано на с. 84).

Программа: тесто, далее см. рецепт п. 2

### ВАРИАНТЫ

#### Хлеб со шпинатом

Включите в рецепт 6–10 листьев свежего, тонко нарезанного шпината, добавляется в тесто. Он окрасит тесто в красивый зеленый цвет! В качестве красителя вместо шпината можно добавить и 1 ч. л. спирулины, которую можно приобрести в магазине натуральных диет-продуктов.

#### Зеленый хлеб с пряностями и сыром

112 г замороженного листового шпината (1 кубик) разморозить, очень мелко нарезать и выдавить из него сок. Очистить от кожуры и натереть на крупной терке 100 г кабачка, сок выдавить. Помытую петрушку (1 пучок) отряхнуть от воды и мелко нарезать. 100 г копченого сыра нарезать на мелкие кубики. Добавить перечисленные здесь компоненты к основному рецепту и замесить тесто. Далее обработка теста и выпечка – в соответствии с основным рецептом (на с. 84).

## ЖЕЛТЫЙ ХЛЕБ ИЗ МУКИ ГРУБОГО ПОМОЛА

(НА 2 ИЗДЕЛИЯ)

**1.** Размешать сухие дрожжи с сахарным песком в миске. Добавить к ним сливочное масло и воду, замесить мягкое тесто. Приготовленное тесто прикрыть салфеткой и поставить на 30 минут в теплое место подходить.

**2.** По истечении указанного времени добавить к тесту кукурузную муку, порошок шафрана, куркуму и соль. Далее обработка теста и выпечка – в соответствии с основным рецептом (с. 84).

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 300 г пшеничной муки грубого помола
- 1 ч. л. (с верхом) сухих дрожжей
- 1 щепотка сахарного песка
- 30 г мягкого сливочного масла
- 1 ч. л. соли
- Примерно 200 г воды
- 1 луковица
- 1 пучок зелени петрушки (или лука-резанца)
- 250 г пшеничной муки (тип 550)

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 300 г пшеничной муки грубого помола
- 1 ч. л. (с верхом) сухих дрожжей
- 1 щепотка сахарного песка
- 30 г сливочного масла
- Примерно 200 г теплой воды
- 50 г кукурузной муки
- На кончике ножа или чуть больше порошка шафрана
- 0,5 ч. л. куркумы
- 1 ч. л. соли

## ЖЕЛТЫЙ ХЛЕБ С КУКУРУЗОЙ И КАРРИ

(ПРИГОТОВЛЕНИЕ ТЕСТА В АВТОМАТЕ.  
НА 2 ИЗДЕЛИЯ)

- 1 ч. л. сухих дрожжей ■ 0,5 ч. л. сахарного песка
- 300 г пшеничной муки (тип 550, мука 1-го сорта) ■ 1 ч. л. порошка карри
- 1 ч. л. соли ■ 30 г сливочного масла ■ 180–200 г теплой воды
- 100 г кукурузных зерен (консервированных) – необходимо дать стечь жидкости!

Программа: тесто

Компоненты в указанной последовательности поместить в автомат, в самую последнюю очередь уже в завершение замеса теста добавить кукурузу. После приготовления теста в автомате дальнейшая его обработка и выпечка – согласно основному рецепту (с. 84).

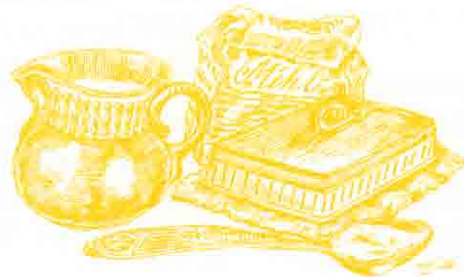
## КРАСНЫЕ СЕРДЕЧКИ ИЗ ОБОЙНОЙ МУКИ ►

(ПРИГОТОВЛЕНИЕ ТЕСТА В АВТОМАТЕ.  
НА 2 ИЗДЕЛИЯ)

- 1,5 ч. л. сухих дрожжей ■ 0,5 ч. л. сахарного песка
- 300 г муки спельты грубого помола ■ 200 г сока свеклы, разведенного водой, в пропорции (2:1) ■ 1 ст. л. хлопьев дрожжей ■ 1 ч. л. порошка сладкого красного перца ■ 1 стручок сладкого красного перца (примерно 150 г, очень мелко нарезанный)

Программа: тесто

После приготовления теста в автомате дальнейшая его обработка и выпечка – согласно основному рецепту (с. 84).









***ХЛЕБ:  
ОСОБЫЕ РЕЦЕПТЫ***

## НЕ СОДЕРЖАЩИЙ ГЛЮТАМИНА ХЛЕБ, ВЫПЕКАЕМЫЙ В ПЕЧИ-АВТОМАТЕ

Не забудьте еще раз посмотреть инструкцию к вашей печи-автомату с указаниями последовательности внесения ингредиентов!

Целиакия – заболевание тонкой кишки, выражающееся в полной непереносимости организмом глутаминов или клейковины (именно благодаря ей тесто приобретает эластичность и воздушность; клейковина содержится в пшенице, ячмене, овсе, спельте и в родственных пшенице зерновых культурах). Поэтому следует избегать употребления в пищу всех содержащих клейковину видов муки. Это, однако, не означает, что не содержащий глутамин хлеб невкусен. Впрочем, попробуйте!

### Основные указания

- Кто намеревается выпекать хлеб без глутамина, должен быть готов к тому, что хлеб этот легко крошится, в отличие от хлеба из пшеничной или ржаной муки.
- Позаботьтесь о тщательной очистке печи-автомата перед каждой выпечкой хлеба без глутамина (остатки содержащего клейковину хлеба вредны для страдающих целиакией).
- Все особые компоненты, использованные в нижеследующих рецептах, вы без труда сможете приобрести в специализированных магазинах диетических продуктов.
- Все виды хлеба выпекались при помощи автомата для выпечки хлеба фирмы Panasonic SD 253 A. Производитель рекомендует следующую последовательность внесения компонентов: вода, соль, жиросодержащие вещества и пряности, затем муку без глутамина и в завершение дрожжи. Подобная последовательность позволяет муке без глутамина лучше замешиваться, и все ее основные составляющие действуют значительно эффективнее.

Выбранная программа так и называется: «без глутамина». Печь-автомат Panasonic SD 253 A сразу начинает рабочий цикл с пятиминутного замешивания, дает тесту 60 минут подойти и затем выпекает его в течение 50 минут. Количество теста автоматически (по умолчанию) ориентируется на «среднюю» программу, то же самое относится и к интенсивности окраски.

Хоть и не столь высокие результаты, однако все же приемлемые можно добиться и при использовании печей-автоматов производства других фирм. Для этого воспользуйтесь программой «обычный хлеб» или «полноценный хлеб» и обратите внимание на последовательность внесения компонентов.

Этот хлеб очень вкусен с пастой домашнего приготовления «Зеваль» (рецепт на с. 46)



## ПШЕНИЧНО-РЖАНОЙ ХЛЕБ

- 400 г воды ■ 2 ч. л. (с верхом) соли ■ 100 г соевой муки (жиросодержащей)
- 200 г муки турецкого гороха ■ 200 г муки каштанов ■ 150 г молотых лесных орехов ■ 1 ч. л. меда ■ 1 пакетик сухих дрожжей

11 ВЕ

## СВЕТЛЫЙ ОБЫЧНЫЙ ХЛЕБ

- 300 г воды ■ 1,5 ч. л. соли ■ 40 г сливочного масла ■ 50 г муки амаранта (или щирыцы (*Amaranthus L.*) ■ 100 г рисовой муки ■ 200 г картофельного крахмала
- 30 г кукурузной муки ■ На кончике ножа фруктового сахара
- 1,5 ч. л. сухих дрожжей

20 ВЕ

## ХЛЕБ С ОРЕХАМИ И КАШТАНАМИ

- 400 г воды ■ 1 ст. л. яблочного уксуса ■ 1,5 ч. л. морской соли ■ 100 г муки каштанов ■ 50 г пшеничных хлопьев ■ 50 г соевой муки (обезжиренной) ■ 150 г картофельного крахмала ■ 50 г колотых грецких орехов ■ На кончике ножа фруктового сахара ■ 20 г кунжута ■ 2 ст. л. льняного семени ■ 6 г биобина ■ 2,5 чайной ложки разрыхлителя теста ■ 1 ч. л. сухих дрожжей

19 ВЕ

## ХЛЕБ «ТРОПИЧЕСКИЙ»

- 150 г кокосового молока ■ 150 г воды ■ 2 ст. л. подсолнечного масла ■ 1 яйцо (или заменитель яйца, его можно приобрести в магазине диетических продуктов)
- 1,5 ч. л. соли ■ 1 щепотка сахарного песка ■ 50 г соевой муки (обезжиренной)
- 50 г рисовой муки ■ 150 г кукурузной муки ■ 150 г кукурузного крахмала
- 50 г мякоти кокоса (нарезанной кубиками) или 30 г молотых кокосовых орехов
- 20 г свежего имбиря (нарезанного кубиками) ■ 2 ст. л. льняного семени
- 1 ч. л. (с верхом) тмина ■ По 1 щепотке аниса и ямайского перца
- 7 г биобина ■ 1 пакетик разрыхлителя теста

23 ВЕ

*Очень полезная мука каштанов придает этому хлебу особый вкус.*

*Рецепт этого хлеба, напоминающего тостовый, предоставляет воистину безграничные возможности для импровизации.*

*Мука каштанов полезна больным ревматизмом!*

*Не совсем обычный, а скорее праздничный сочный хлеб.*

## КАК РАСПОРЯДИТЬСЯ ОСТАТКАМИ

Ни у кого, кто сам выпекает хлеб, не поднимется рука выбросить зачерствевшие остатки в мусорное ведро. Разумеется, можно отдать часть хлеба соседям или друзьям. Но если уж вышло так, что мой хлеб вопреки предусмотрительности «состарился», я тут же берусь за свою «волшебную палочку» – ведь и из зачерствевшего хлеба можно кое-что наколдовать! Вернуть к жизни успевшие зачерстветь булочки особого труда не составляет: погрузите такие булочки на несколько секунд в горячую воду, а после этого поместите в предварительно разогретую до 200 °С духовку.

### КРОСТИНИ

Зачерствевшие куски хлеба из муки грубого помола или из белой пшеничной муки (только не хлеба для тостов – этот портится по-настоя-

щему!) можно намазать пастой (из тех, рецепты которых даны в книге выше) и на 10 минут поместить в разогретую духовку.

### КРУТОНЫ

Куски зачерствевшего белого или пшенично-ржаного хлеба нарезать на кубики и обжарить на разогретом оливковом (сливочном или рас-

тительном) масле до появления золотистого оттенка. Перед подачей на стол к бокалу красного вина их натирают свежим чесноком.

## СУХАРИКИ ПО-КРЕСТЬЯНСКИ (ИТАЛЬЯНСКИЙ РЕЦЕПТ)

Ломти хлеба обжарить в разогретой до 220 °С духовке (температура при принудительной подаче воздуха 200 °С, регулятор газа – в положении 4) в течение нескольких минут

до появления золотистого оттенка. После этого рекомендуется натереть зубчиками чеснока и слегка окропить оливковым маслом.

*Порезанный на кубики зачерствевший хлеб и залитый крепким ароматным бульоном – основа для вкусного хлебного супа.*

## СУХАРНАЯ КРОШКА

Ничего не мешает приготовить из черствого хлеба полезную в хозяйстве сухарную крошку. Небольшие куски размолоть в миксере или в

кухонном комбайне. Для этого используется преимущественно белый хлеб, успевший как следует зачерстветь.

## ХЛЕБНЫЙ ТОРТ

**1.** Удалить с хлеба наиболее жесткие корки и переработать их в сухарную крошку. Сухарную крошку залить ромом и красным вином, оставить на 30 минут. Форму для выпечки торта смазать сыром и посыпать сухарной крошкой. Разогреть духовку до 180 °С (температура при принудительной подаче воздуха 160 °С, регулятор газа – в положении 2). Отделить яичный белок от желтка. Желток смешать с сахарным песком и взбить до появления пенистой массы, затем добавить к ним пряности, лимонный и апельсиновый цукаты. Белок взбить до появления очень устойчивой массы и добавить ее к взбитому желтку.

**2.** Просеянную муку смешать с разрыхлителем теста, затем – с молотыми орехами и пропитанной ромом и вином сухарной крошкой. После этого полученную смесь по-

степенно смешать со взбитой белково-желточной массой. Приготовленным составом заполнить форму для выпечки тортов и выпекать 60–90 минут (необходима проба деревянной иглой!).

**3.** По завершении выпечки извлечь торт из формы и дать ему полностью охладиться – оставить в закрытой емкости для охлаждения тортов на 1 день.

**4.** На следующий день разрезать выпеченную заготовку торта на два коржа и нижний намазать джемом из черемухи. Сверху торт покрыть глазурью из красного вина и сахарной пудры.

### СОВЕТ

Рекомендуется оставить приготовленный торт на 1–2 дня «дозреть» и пропитаться.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- 150 г черствого ржаного хлеба (по возможности, без тмина или иных сильных пряностей)
- 3 ст. л. рома
- 4–6 ст. л. красного вина
- 8 яиц
- 250 г сахарного песка
- 1 ч. л. корицы
- 0,5 ч. л. гвоздики (молотой)
- 50 г тонко нарезанного лимонного цуката
- 50 г тонко нарезанного апельсинового цуката
- 200 г смеси миндаля и лесных орехов (тонкого помола)
- 50 г муки
- 0,5 ч. л. разрыхлителя теста
- Жир и сухарная крошка для смазки формы



*Рецепты для  
этой книги созда-  
ны и опробованы  
опытными  
специалистами*

## *Об этой книге*

### **Об авторе**

Гертруд Вайдингер, страстная кулинарка, мать двоих детей, уже многие годы работает преподавателем начальной школы, а также является автором многочисленных книг для взрослых и детей. Недавно была опубликована ее книга о приготовлении блюд из черемши и руколы. Гертруд Вайдингер живет в Мюнхене.

### **О фотографе**

Карл Неведель, фотодизайнер из Мюнхена, по образованию повар.

Прежде чем завоевать славу фотографа и стилиста в 1982 году, он долгие годы работал в качестве «свободного художника» в различных издательствах. С 1996 года известен как художник-оформитель книг, которые отображают его неподражаемый стиль.

### **Ответственность**

Содержание данного издания тщательно проработано, однако ни автор, ни издательство не могут нести ответственность за информацию, опубликованную в книге.

УДК 64  
ББК 36.997  
В14

Gertrud Weidinger

**BROT BACKEN  
MIT UND OHNE  
BROTBACKAUTOMATEN**

Перевод с немецкого  
*А. Уткина*

**Вайдингер Г.**

В14 Домашний хлеб /Пер. с нем. – М.: Мой Мир  
ГмбХ & Ко. КГ, 2005. – 96 с.: ил.

ISBN 3-86605-261-8

Что может быть вкуснее, чем домашний хлеб, испеченный собственными руками?

Из этой книги вы узнаете об основных правилах и рецептах выпекания хлеба в домашних условиях. Порадуйте себя и своих близких теплым ароматным хлебом, приготовленным дома.

УДК 64  
ББК 36.997

Genehmigte Lizenzausgabe der Verlagsgruppe  
Weltbild GmbH Weltbild Buchverlag - Originalausgaben  
© 2003 Verlagsgruppe Weltbild GmbH, Steinerne Furt 67,  
D-86167 Augsburg  
© «Мой Мир ГмбХ & Ко. КГ», издание на русском  
языке, перевод, оформление, 2005

ISBN 3-86605-261-8

# Домашний хлеб

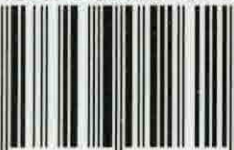
Что может быть лучше теплого домашнего хлебушка, испеченного своими руками...

Те, кто хочет узнать, каким на самом деле может и должен быть хлеб, найдут здесь:

- основные правила выпекания хлеба
- все разнообразие рецептов хлеба и булочек
- советы по использованию форм для выпечки
- оригинальные рецепты: чесночные лепешки с вином, молочный хлеб на закваске с пряностями, кукурузный хлеб, овсяный хлеб с кресс-салатом, солодовый и пивной хлеб, хлеб с крабами...

Порадуйте себя  
по-настоящему вкусным хлебом!

ISBN 3-86605-261-8



9 783866 052611

**МОЙ  
МИР**