

Содержание

Введение / 9

Ингредиенты / 12

Немного об инструментах / 14

Как вывести закваску / 16

ВЫПЕКАЕМ ПЕРВУЮ БУХАНКУ / 25

Хлеб на каждый день / 26

Хлеб из теста высокой влажности / 29

Коротко об этапах работы с тестом на закваске / 30

Подробно об этапах работы с тестом на закваске / 31

СЛАДКИЙ И ПИКАНТНЫЙ РЕМЕСЛЕННЫЙ ХЛЕБ / 41

Изысканная шоколадная крошка / 42

Укроп и белый чеддер / 45

Оливки, тимьян и пармезан / 47

Тыквенные семечки и клюква / 48

Рулет с корицей и изюмом / 51

Шоколадная крошка и чипсы из арахисового масла / 52

Маринованный халапеньо, чеддер и шнитт-лук / 55

Запеченный чеснок и розмарин / 56

Финики, грецкие орехи и апельсин / 59

ФОРМОВОЙ ХЛЕБ И ХЛЕБ ДЛЯ СЭНДВИЧЕЙ / 61

Фермерский белый хлеб / 62

Мягкий цельнозерновой хлеб со свежим медом / 65

Фруктово-ореховый тост для субботнего утра / 66

Мультизлаковый хлеб для сэндвичей / 69

Легкая и пышная бриошь / 70

Датский ржаной хлеб / 73

ЦЕЛЬНОЗЕРНОВАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ МУКА / 75

- Цельнозерновой пшеничный хлеб / 76
- Золотой лен и спельта / 79
- Полновесный мультизлаковый хлеб / 80
- Легкий ржаной хлеб / 83
- Румяный хлеб с семечками / 84
- Золотистая семолина и кунжут / 87
- Деревенский пумперникель / 88

ФОКАЧЧА, БУЛОЧКИ И ВСЯКАЯ ВСЯЧИНА / 91

- Базовая фокачча без замеса / 92
- Фокачча с помидорами и базиликом без замеса / 95
- Фокачча крок-месье с рикоттой и швейцарским сыром / 96
- Пицца-фокачча с соусом песто и сыром фонтина без замеса / 99
- Фокачча с кусочками шоколада, сливочным сыром и «Нутеллой» без замеса / 100
- Фокачча ди Рекко / 103
- Мягкие булочки «оторви и поделись» / 104
- Простые булочки из корзинки / 107
- Булочки с расплавленным азиаго, сладкими яблоками и розмарином / 108
- Булочки с клюквой и пеканом «хватай и иди» / 111
- Простые питы-кармашки / 112
- Английские мини-маффины на закваске / 115
- Бейглы для воскресного утра / 116
- Бейглы для воскресного утра (продолжение) / 119
- Бялы — булочки с карамелизированным луком и козьим сыром / 121
- Узелки с запеченным чесноком и пекорино / 122
- Хрустящие гриссини на закваске / 125
- Мягкие хлебные палочки с семолиной и масляной крошкой / 126
- Чиабатта / 129
- Крученые багеты / 130

ХЛЕБНОЕ ИСКУССТВО / 133

- Венок с запеченным камамбером / 134
- Фугасс почти без замеса / 137
- Плетенка с малиной и имбирным печеньем / 138
- Плетенка с малиной и имбирным печеньем (продолжение) / 141
- Шоколадно-карамельный узел с солью / 143
- Коса с начинкой из шпината и артишоков / 144

РЕЦЕПТЫ ИЗ ОСТАТКОВ ЗАКВАСКИ / 147

- Вафли с коричневым сахаром / 148
- Простые поповеры с дижонской горчицей и петрушкой / 151
- Лаймовое печенье с рикоттой / 152
- Пончики на закваске / 155
- Воздушные крекеры с грюйером и тимьяном / 156
- Ломанные крекеры из кунжута и спельты / 159
- Лепешки на греческом йогурте / 160

К ХЛЕБУ И ИЗ ХЛЕБА / 163

- Хлебный пудинг с ромом и изюмом / 164
 - Тосканская риболлита для буднего вечера / 167
 - Панцанелла с жареными артишоками, хрустящими каперсами и мятой / 168
 - Открытый сэндвич, запеченный с сыром и помидором / 171
 - Бриошь кон джелато / 172
 - Крутоны из фокаччи с пекорино и укропом / 175
 - Легкий и свежий греческий салат с крутонами из фокаччи / 176
 - Летний салат из помидоров / 179
 - Острый дип-соус с белой фасолью и руколой / 180
 - Пикантное масло с чесноком и травами для макания хлеба / 183
 - Джемы – быстро и немного / 184
-
- Работа с тестом / 187
 - Перечень использованных материалов / 196
 - Благодарности / 199
 - Об авторе / 200
 - Алфавитный указатель / 201



ВВЕДЕНИЕ

Вы все время задаетесь вопросом, как печется хлеб на закваске, но не знаете, с чего начать? Открою вам секрет: чтобы сделать первый шаг, не нужно быть профессиональным пекарем или иметь специальные знания. Хлеб на закваске может сделать каждый. Все, что вам понадобится, — это несколько простых ингредиентов и инструментов, а остальное я объясню.

Что же это такое — хлеб на закваске? Если не вдаваться в подробности, это хлеб медленного брожения, не требующий товарных дрожжей для подъема. Такой хлеб замешивается с использованием живой культуры, закваски, действующей как естественный разрыхлитель. Звучит слишком странно? Не волнуйтесь, вы не сошли с ума. Раньше я и сама считала выпечку на закваске чем-то вроде безумного научного проекта. Но на самом деле эта технология существует уже тысячи лет и использовалась в те времена, когда никаких товарных дрожжей у пекарей не было и в помине.

Хлеб на закваске известен своим удивительным сложным вкусом. Тесто для него не обязательно должно быть кислым, «квашеным». Вкус такого хлеба может быть мягким или резким в зависимости от того, как вы вели закваску и как работали с тестом. В домашнем хлебе на закваске нет гидрогенизированных масел, глюкозно-фруктозных сиропов или скрытых консервантов — он на 100 % натуральный. Еще один плюс для здоровья — в процессе медленного брожения расщепляются трудноусвояемые белки и ферменты, содержащиеся в пшенице. Поэтому есть такой хлеб могут даже некоторые чувствительные к глютену люди.

Но интересно, что в хлебе на закваске меня привлекло совсем не это. Мне очень нравился популярный австралийский блог «Инжирный джем и лаймовый ликер» (*Fig Jam and Lime Cordial*), где Селия описывала свой опыт работы с закваской в домашних условиях. Ее объяснения были настолько доступны, что каждый раз, читая блог, я думала: «Я тоже хочу так. Хочу, чтобы это получалось и у меня». И речь шла даже не о хлебе (хотя выглядел он невероятно, и мне хотелось оторвать кусочек прямо через экран компьютера!). Восхищал энтузиазм на другом конце Земли, искренний и заразительный, — он-то и подтолкнул меня к действию. В конце концов я набралась смелости, чтобы написать Селии, и это положило начало нашей неожиданной дружбе.

И, как вы можете себе представить, я чуть не упала, когда Селия спросила: «Ну, дорогая, может, прислать тебе немного закваски?» Через две недели в моем почтовом ящике оказался маленький конверт с австралийским штемпелем. Внутри был пластиковый пакет с крошечными белыми хлопьями. До сих пор не понимаю, как такое подозрительное вещество прошло таможеню. Впрочем, не важно. Это была Присцилла, закваска Селии.

Таким образом, мое знакомство с закваской началось с понимания, что ею нужно делиться. Когда я писала эту книгу, Присцилле уже было 10 лет и она разлетелась по всему миру. Ее потомство можно встретить в маленьких кухнях Нью-Йорка и в небоскребах Дубая. Так появилась большая семья пекарей и зародилось множество дружеских отношений. И, что самое прекрасное, все мы были рады видеть Присциллу у себя дома, отводя ей особое место в нашем путешествии в мир хлеба на закваске. Мы — живое доказательство того, что даже сейчас эта древняя технология доступна каждому.

Теперь, имея закваску, я была готова печь хлеб. Не стану скрывать: первые несколько буханок, которые вышли из моей маюльсенькой духовки, были похожи скорее на хоккейные шайбы, чем на что-то съедобное. Но постепенно я становилась все более удачливой. Время от времени я размещала фотографии в интернете или в своем блоге «Умная морковка» (*The Clever Carrot*), и пытливые умы выпрашивали у меня рецепт. Какой еще рецепт? Я не сомневалась, что хлеб на закваске — это очень просто. Бросьте все в миску и оставьте тесто на ночь подниматься. Никакого замеса. Минимум формовки. Это же всего лишь хлеб, верно?

Естественно, со временем меня одолело любопытство, и я сделала худшее, что могла: полезла искать информацию в интернете. Упав, как Алиса, в кроличью нору бесчисленных тематических сайтов, я очень быстро запуталась в сложном пекарском жаргоне. Состав закваски? Пекарские проценты? Чем глубже я копала, тем больше понимала, что в мире есть огромное количество информации, озадачивающей и в то же время интригующей.

Убежденная, что могу печь лучше, я отказалась от своего первоначального рецепта и разработала новый. Он был технически более сложным, и мне казалось, это самый правильный подход к хлебу на закваске. Но результат получился совершенно противоположным. Моя некогда прекрасная хрустящая корочка стала жесткой, да и мякиш оставлял желать лучшего. Теперь, оглядываясь назад, я могу сказать, что в новой технологии не было ничего плохого. Если только не брать во внимание незначительный факт: я слишком полагалась на инструкции и утратила связь с искусством.

Так что после нескольких неудачных буханок я просто сдалась. Закваска отошла на задний план, и я занялась темперированием горького шоколада. Но даже в это время я не переставала думать о хлебе. Я разместила у себя в блоге материал под названием «Хлеб на закваске: руководство для новичков», поскольку в то время такого пошагового описания нигде не было. Все инструкции казались слишком сложными и не подходили для начинающих. Это была попытка восполнить пробел и предложить своим читателям более доступное объяснение. В результате мое руководство объединило людей со всего мира, ищущих ответы на те же вопросы. Этот материал по сей день остается самым популярным в блоге.

Сотни буханок спустя я начала понимать, что хлеб на закваске — это не картина по номерам, а сочетание самовыражения и технологии. А также общения, обмена мнениями, удивления и, в итоге, бесконечного путешествия, которое и привело меня к написанию этой книги. Выпечка хлеба — одно из самых продуктивных занятий независимо от того, хотите ли вы узнать что-то новое либо просто мечтаете о свежей крошечке. И я рада разделить это путешествие с вами.

Книга предлагает вдохновляющий, но при этом простой подход к выпечке хлеба на закваске в домашних условиях, основанный на моем собственном опыте. Тут есть вся информация, которая поможет вам расширить свой горизонт и при этом не упасть, как я, в кроличью нору. Однако помните, что секрет вашего успеха — не в рецепте. Он состоит в раскрытии внутреннего потенциала, вере в интуицию и умении учиться на своих ошибках. Надеюсь, книга даст вам то, что дала мне в свое время Селия, и вдохновит на собственное путешествие в мир хлеба на закваске, которое вы разделите с кем-нибудь еще.

A handwritten signature in black ink that reads "XO Smilie Papa". The signature is stylized and cursive, with the "XO" at the beginning and "Smilie Papa" following in a flowing script.



ИНГРЕДИЕНТЫ

Главный плюс теста на закваске: вам понадобится лишь несколько простых ингредиентов, чтобы испечь сытный хлеб в домашних условиях. Вы будете снова и снова удивляться, с какой легкостью обычные вещи превращаются в нечто необычное прямо у вас на кухне.

МУКА

Когда я начинала работать с закваской, вся мука казалась мне одинаковой. Я отличала лишь отбеленную муку от неотбеленной и не осознавала, что значение имеют также содержание белка, сорт пшеницы и, прежде всего, свежесть. Потребовалось много времени, прежде чем я поняла: результат может зависеть от марки муки. Однако это не значит, что вам придется как-то изощряться или покупать самую дорогую муку.

Для хорошего результата просто выберите качественную неотбеленную муку без каких-либо химических добавок. Никогда не забуду, как я несколько дней по ошибке кормила закваску старой кондитерской мукой, которая, помимо всего прочего, была еще и отбеленной. Закваска совершенно не хотела подниматься. Поэтому при покупке муки обратите внимание на срок годности. Вы удивитесь, сколько пакетов с просроченной мукой лежит на прилавках.

Сейчас в магазинах и в интернете большой выбор качественной муки. Для выпечки хлеба, как правило, используется хлебопекарная мука: благодаря высокому содержанию клейковины и белка она дает сильное тесто с хорошей структурой. Хлеб из такой муки прекрасно поднимается и имеет плотную консистенцию.

Универсальная мука, в отличие от хлебопекарной, содержит меньше клейковины и впитывает меньше воды. Эта мука также используется при выпечке некоторых видов хлеба — он получается более легким и пышным. Вы, наверно, захотите узнать, взаимозаменяемы ли хлебопекарная и универсальная мука. В некоторых случаях, безусловно, да. Оба вида, к примеру, можно использовать для кормления закваски. А вот при выпечке выбор муки зависит от того, какой хлеб вы хотите получить. Вам нужна мягкая и пышная focaccia? Берите универсальную муку. Хотите, чтобы хлеб хорошо поднялся? Выберите хлебопекарную. Мне нравится смешивать разные виды муки, чтобы получить интересную уникальную текстуру.

Цельнозерновая мука — подробнее о ней я расскажу позже — содержит больше минеральных веществ, чем белая, что ускоряет ферментацию как в закваске, так и в поднимающемся тесте. Эта мука, как правило, «страдает от жажды» и при замесе требует больше воды.

Таким образом, не вся мука одинакова. Выпекая хлеб, вы со временем поймете, что подходит именно вам, и наверняка полюбите экспериментировать. Я отдаю предпочтение марке *King Arthur* за высокое качество, вкус и отличный результат.

ВОДА

В хлебопекарном сообществе давно идут споры о качестве используемой воды. Некоторые утверждают, что для замешивания теста и кормления закваски вполне подходит водопроводная. Другие настоятельно рекомендуют ее не использовать, поскольку там содержится много химических веществ, в том числе хлор, а это влияет на подъемную силу дрожжей. Поскольку качество воды может быть разным, принимать решение вам придется самостоятельно. Для стабильных результатов нужно по возможности использовать фильтрованную или очищенную воду.



СОЛЬ

Я использую для теста морскую соль мелкого помола *La Baleine*. Ее небольшие кристаллики легко растворяются, и у нее достаточно выраженный вкус. Кроме того, соль — натуральный консервант для вашего хлеба. Если вы предпочитаете добавлять в тесто другую соль, смело экспериментируйте с ее количеством.

ЗАКВАСКА

Для выпечки хлеба на закваске вместо обычных товарных дрожжей используется живая культура, развивающаяся при брожении замешанной на воде муки. Эта культура состоит из диких дрожжей, живущих на зернах пшеницы, и дружественных им бактерий. Даже небольшого количества активной, пузырящейся закваски достаточно, чтобы хлеб поднялся. Для замешивания теста необходима сильная, живая закваска, и неважно, вывели вы ее самостоятельно или получили в подарок.

НЕМНОГО ОБ ИНСТРУМЕНТАХ

Те или иные приспособления могут облегчить вашу жизнь на кухне, и работа с тестом не является исключением. Вот четыре основных инструмента, необходимые для выпечки лучшего хлеба.

ФОРМА И ПЕРГАМЕНТНАЯ БУМАГА

Хлебу нужен пар. Без него корочка образуется слишком быстро, буханки получаются плотными и тяжелыми. Когда я только начинала работать с хлебом, он трескался и рвался с боков, и я не могла понять почему. Печь хлеб в закрытой форме – удачное и практичное решение проблемы, технология, позволяющая работать с паром в домашних условиях. Она подходит не для всех видов хлеба, но если вам нужна небольшая буханка с хрустящей корочкой, то лучшего способа не придумаешь.

Для хлеба хороша любая форма, пригодная для использования в духовке, в том числе казан, глубокая кастрюля, кассероль, а также камень для пиццы, который можно накрыть перевернутой миской. Еще один чудесный вариант предложила моя подруга Селия – это эмалированная жаровня. Она легкая, удобная в пользовании и недорогая. В интернете можно найти круглую или овальную жаровню стоимостью меньше 20 долларов.

Что касается размера формы, то, по моему мнению, чем она больше, тем лучше. Это обеспечит хорошую циркуляцию воздуха и равномерное запекание хлеба. Но меньшая емкость тоже подойдет. Убедитесь лишь, что она (и особенно ее ручки и крышка) выдержит температуру до 230–260 °С.

- Овальная форма: объем 6,4 л, диаметр 40 см.
- Круглая форма: объем 5,2 л, диаметр 26 см.

Чтобы тесто не прилипло, выстелите форму пергаментной бумагой. Это лучше, чем присыпать поверхность пшеничной или кукурузной мукой. Если бумага не повредилась, ее можно использовать повторно.

ВЕСЫ

Взвешивание ингредиентов – не самое простое дело, особенно если вы привыкли ориентироваться на объем. Даже учась в кулинарной школе, где мы работали исключительно с весами, я продолжала пользоваться старыми добрыми мерными стаканами. Ценность весов я осознала, лишь сама став пекарем. Этот момент я хочу объяснить подробнее.

Взвешивание и измерение объема не дают одинаковых результатов, они лишь приблизительно соответствуют друг другу. Например, если мы с вами отмерим по стакану муки и после ее взвесим, то получим разный вес в зависимости от того, как мы этот стакан наполняли. Кто-то накладывает муку рыхлой горкой и затем стряхивает излишки, а кто-то ее утрамбовывает, как мягкий тростниковый сахар. Разница действительно есть. Весы же всегда говорят нам правду (когда взвешиваемся мы сами – тоже).

Почему же это так важно? Почему все должно быть точно? Когда вы начнете печь, заметите, что тесто изменчиво, как хамелеон. Если добавить воды, оно станет совершенно другим. Такова природа хлеба. Взвешивая ингредиенты, в том числе жидкие,



вы контролируете процесс, а не действуете вслепую. Для удобства в рецептах я указываю и вес, и объем ингредиентов, однако *настоятельно* рекомендую остановиться на взвешивании, поэтому вес идет первым. Считайте это моим дружеским советом.

Как взвешивать ингредиенты

Поставьте пустую миску на электронные кухонные весы и нажмите кнопку обнуления веса или кнопку сброса веса тары. Затем поместите в миску первый ингредиент. Обнулите вес еще раз и повторяйте эту операцию, пока не взвесите все ингредиенты. Складывая их в одну миску, вы не будете взвешивать каждый по отдельности. Это быстро, удобно и помогает избежать мытья лишней посуды.

СКРЕБОК

Это мой любимый инструмент. При выпечке хлеба скребок так же важен, как лопатка при выпечке блинов. Вам пригодится эта удобная третья рука, когда вы будете передвигать, переносить и формировать тесто, особенно если оно липкое. Скребок можно заказать в интернете или приобрести в любом магазине, где продается кухонная утварь.

КАК ВЫВЕСТИ ЗАКВАСКУ

Вывести закваску с нуля очень просто, и этот шаг станет началом увлекательного путешествия. Первый этап работы с хлебом многих пугает, поскольку не все его правильно представляют. В этом разделе вы пройдете экспресс-курс по закваске от А до Я. Мы начнем с выведения собственной культуры, и вы узнаете, как поддерживать ее в активном, пузырящемся состоянии, а также хранить. Кроме того, я научу вас ухаживать за закваской, чтобы она не испортилась, и использовать ее в рецептах, описанных в этой книге и не только. И поскольку закваской нужно делиться, я расскажу вам, как продолжить эту традицию в кругу семьи и друзей.

ЗАКВАСКА: ШАГ ЗА ШАГОМ

Вывести закваску можно по-разному, например с помощью фруктового сока, винограда, меда и даже картофеля — все эти продукты способствуют естественному брожению. Но мой опыт говорит, что достаточно всего двух простых ингредиентов: муки и воды. Замешанная на воде мука начинает бродить, и в ней появляются дикие дрожжи и бактерии, необходимые, чтобы хлеб поднялся.

Выводя закваску, для начала лучше использовать цельнозерновую муку, чтобы ускорить процесс брожения. Идеальный вариант — цельнозерновая пшеничная, ржаная или спельтовая мука. Важную роль играют также температура и место, куда вы закваску поставите, — лучше всего теплое. Моя закваска живет в уютном шкафчике возле холодильника.

Теперь о том, чего стоит ждать. Весь процесс от начала до конца займет около семи дней. Мой главный совет — не пытайтесь жестко следовать описанному ниже графику, ведь дрожжи могут вести себя непредсказуемо. Ваша закваска будет готова к использованию, когда увеличится вдвое и на ее поверхности, а также внутри банки появится множество пузырьков.

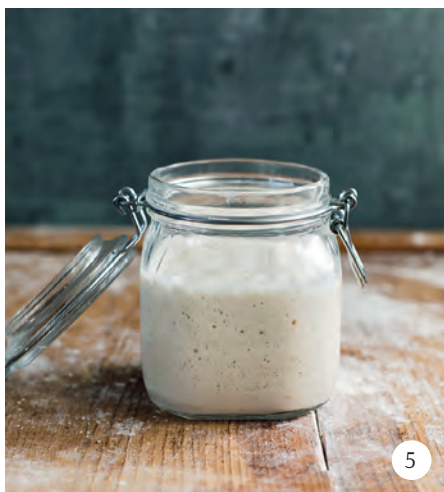
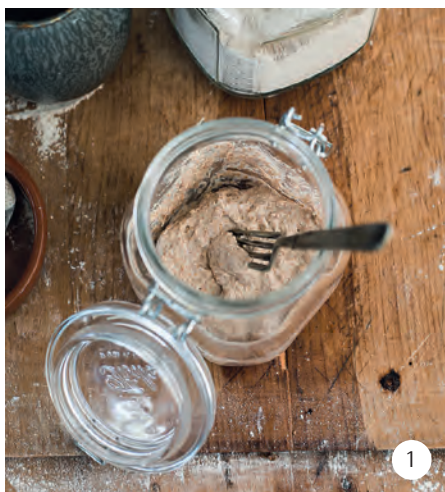
ДЕНЬ 1: Смешайте вилкой в большой банке 60 г ($\frac{1}{2}$ стакана) цельнозерновой пшеничной муки и 60 г ($\frac{1}{4}$ стакана) воды. Получившаяся смесь должна быть густой и пастообразной. Если вы руководствуетесь не весом, а объемом, добавьте немного воды, чтобы консистенция была чуть более жидкой. Неплотно накройте банку пищевой пленкой либо кусочком ткани и оставьте в теплом месте на 24 ч (см. фото 1, с. 17).

ДЕНЬ 2: Проверьте, появились ли на поверхности закваски пузырьки, похожие на маленькие черные точки. Пузырьки свидетельствуют о брожении. Если вы их не видите, ничего страшного: пузырьки могли появиться и затем исчезнуть ночью, пока вы спали. Оставьте закваску еще на 24 ч (см. фото 2, с. 17).

ДЕНЬ 3: Независимо от того, видите ли вы пузырьки или нет, пришло время покормить закваску. Для начала удалите из банки примерно половину содержимого; оно будет очень тягучим. Добавьте 60 г ($\frac{1}{2}$ стакана) универсальной муки и 60 г ($\frac{1}{4}$ стакана) воды. Смешайте вилкой до однородности (см. фото 3, с. 17). На этом этапе закваска по консистенции будет напоминать густое блинное тесто или обычный йогурт. При необходимости добавьте воды. Неплотно закройте банку и оставьте еще на 24 ч.

ДНИ 4–6: Покормите закваску точно так же, как в день 3. Когда в ней начнут развиваться дрожжи, закваска поднимется, а на ее поверхности и внутри банки появятся пузырьки (см. фото 5, с. 17). Если закваска опала, ее нужно снова покормить. *Совет:* Наденьте на банку резинку или обклейте ее малярной лентой, чтобы зафиксировать, насколько закваска поднялась.

ДЕНЬ 7: К этому моменту вы должны увидеть множество пузырьков, больших и маленьких. По консистенции закваска будет пористой и воздушной, как жареный маршмеллоу (см. фото 6, с. 17). Понюхайте ее. Запах должен быть приятным, без резких нот. Если ваша закваска именно такая, значит, она активна и готова к использованию. *Совет:* Если на этом этапе ваша закваска не готова (а такое случается достаточно часто), продолжайте ее кормить еще одну-две недели или дольше.



Последний шаг — переложите закваску в красивую и чистую банку. Существует также традиция давать ей имя. Мою, например, зовут Диллон — в честь старшего сына.

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ: ХУЧ

При выведении закваски или позднее, когда она уже нормально функционирует, вы можете заметить на ее поверхности или внутри банки выделившуюся темную жидкость. У нее очень характерный запах, похожий на запах медицинского спирта или спортивных носков. В Америке эта жидкость называется словом «хуч», и ее появление свидетельствует о том, что закваску пора покормить. Если в банке вы увидели жидкость, лучше всего слить ее (если возможно) вместе с обесцвеченной частью закваски. Некоторые пекари позднее снова добавляют хуч в закваску, чтобы тесто получилось более кислым. Однако я считаю, что это пустая трата времени: хуч не всегда хорошо работает. (На фото 4 выше видна расслоившаяся закваска.)

КАК ВЕСТИ ЗАКВАСКУ

Итак, вы вывели закваску. И что теперь?! Ее, как и любое другое существо, нужно регулярно кормить для поддержания жизненных сил. Ведь если закваска не будет сильной, то ваш хлеб не поднимется. Ухаживать за закваской проще, чем вы думаете: это наверняка не отнимет слишком много времени. Поверьте, накормить подростка гораздо сложнее.

В этом разделе много информации, которая нужна лишь для лучшего понимания процесса, чтобы вы не задавались вопросами и не строили догадки. Не обязательно читать все, прежде чем испечь свою первую буханку. Однако то, как вы будете вести закваску сейчас и в будущем, напрямую повлияет на вид, вкус и запах вашего хлеба.

КОРМЛЕНИЕ ЗАКВАСКИ

Сначала сделайте то, что уже делали раньше: удалите из банки и выбросьте около половины ее содержимого. Добавьте в оставшееся свежую порцию муки и воды. Неплотно накройте банку и оставьте закваску подниматься при комнатной температуре, пока она не вырастет вдвое и не покроется пузырьками. Когда она опадет, пузырьки станут больше похожи на пену и со временем исчезнут. Так вы поймете, что закваску снова пора кормить.

КАКУЮ МУКУ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ДЛЯ КОРМЛЕНИЯ?

Самое простое правило: лучше всего кормить закваску той же мукой, из которой она выводилась. Вначале вы использовали цельнозерновую пшеничную муку, чтобы запустить процесс брожения, а затем в ход пошла универсальная мука, способствующая развитию здоровой и сбалансированной бактериальной культуры. Поэтому для оптимального результата кормите закваску универсальной мукой и дальше. Однако если она у вас закончилась, то можно использовать и хлебопекарную муку.

СКОЛЬКО МУКИ И ВОДЫ ПОНАДОБИТСЯ ДЛЯ КОРМЛЕНИЯ?

Закваске, как и людям, в разные дни нужно разное количество пищи. В целом лучше всего кормить ее равными по весу частями муки и воды — так вы получите закваску 100%-ной влажности. Это самый популярный тип закваски, по консистенции напоминающий густое блинное тесто.

Однако если вы хотите точности, руководствуйтесь схемой 1 : 1 : 1. Например, если у вас в банке 60 г (½ стакана) закваски, покормите ее 60 г (½ стакана) муки и 60 г (¼ стакана) воды. Мой опыт говорит, что при такой схеме закваска будет сытой и счастливой. Если вам повезет, она еще довольно долго останется активной, прежде чем начнет опадать.

Вы наверняка сталкивались с таким мифом: если закваску вовремя не покормить, она перестанет работать и умрет. И в некоторых случаях это действительно так. Однако в целом закваска гораздо более живуча, чем вы думаете. Она как комнатные растения: сегодня выглядит крепкой и полной сил, а завтра кажется ослабленной и вялой. Вопрос в том, чтобы найти баланс. Кормите закваску утром, когда делаете себе кофе, или вечером, перед тем как идти спать. Это займет всего минуту. Со временем кормление закваски превратится в рутинное действие и станет вашей второй натурой.

КОГДА ЗАКВАСКА ГОТОВА К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ?

После кормления закваска готова к использованию, если:

- ее объем вырос примерно вдвое;
- на поверхности и внутри банки есть большие и маленькие пузырьки;
- она пористая и рыхлая по консистенции;
- она приятно пахнет (и этот запах совершенно не похож на запах жидкости для снятия лака / спортивных носков / медицинского спирта).

Если вам сложно разобраться в этих признаках, не забудьте надеть на банку резинку, чтобы отметить первоначальный уровень закваски. Попробуйте также использовать «плавающий тест» — об этой полезной хитрости я узнала из книги Чеда Робертсона «Хлеб для тартинок» (*Tartine Bread*). Бросьте ложку закваски в стакан с водой. Если закваска всплыла — значит, она готова. Чтобы стать активной, закваске может понадобиться от 2 до 8 ч.

