

## Jak si upravit recept z kvasnic na kvásek



K  
v  
á  
s  
k  
o  
v

é koláčky plněné makem a tvarohem

Pokud pečete chleba z kvásku, můžete zkusit nahradit kvasnice kváskem i v jiných receptech, samozřejmě i sladkých.

Bohužel, stejně jako u chleba, pečení z kvásku i u ostatního pečiva chce více zkušeností. Ale s chutí do toho, půl je hotovo! 😊



M  
ů  
ž  
e  
t  
e  
z  
k  
u  
s  
i

t třeba svoje oblíbené loupáky v kváskové verzi

Je přitom potřeba dodržovat následující pravidla:

1/3 z celkového množství mouky z receptu rozkvaste při běžné pokojové teplotě s přiměřeným množstvím tekutiny z receptu a lžičkou kvásku (může být žitný). Optimální je rozkvasit to nadvakrát, nejdříve tu lžičku rozkvasit s 1/10 mouky z receptu a příslušným množstvím tekutiny a poté zbytek do 1/3 mouky z receptu a zase tolik tekutiny, aby byl kvásek tak akorát hustý. Pozor, pokud použijete pšeničnou mouku, je potřeba kvásek hlídat, na vrcholu je jen krátkou dobu a v této době by se měl použít! Pečivo z pšeničného kvásku je

citlivější na vychytání vrcholné formy, než u kvásku žitného.

- Přidejte zbytek surovin (nezapomeňte odečíst mouku a tekutinu, kterou jste rozkvašovali) a zpracujte těsto. Pokud se jedná o sladký recept, dejte 1,5-2 násobné množství cukru, než kolik je v receptu .Kvásek totiž cukr „žere“ ;-))) a pečivo se zdá méně sladké. Doporučuji také přidat Sladěnku, zlepšuje kynutí.
- Těsto nechte kynout delší dobu, než by kynulo těsto s kvasnicemi. Objem by mělo zvětšit asi tak, jak jste zvyklí u kvasnic. Doporučuji v průběhu kynutí párkrát těsto přeložit, jako na chleba. Pak zpracujte požadované tvary a opět nechte kynout delší dobu, než by kynulo těsto s kvasnicemi, opět se řiďte zvětšením objemu.

*Podářilo se? Podělte se o svůj oblíbený recept, pošlete fotku na [marta@kvaskovepeceni.cz](mailto:marta@kvaskovepeceni.cz) a já ji zveřejním na výstavce!*



---