

# Jak na kváskové pečivo: Toastový chléb z kvásku



se dá udělat jednoduchý  
tousták

Poslední dobou to slyším všude okolo: chleba z kvásku úžasný, ale ostatní kváskové pečivo nestojí za nic!! Frustrace, pokusy jdou slepicím, do popelnice, zaříkáte se, že už nikdy, že se vrátíte k droždí, jenže pak zase ty pochybnosti, vždyť jsem skvělá kuchařka, chleba mám dobrý a rohlíky z droždí taky, přece to jen tak nevzdám? Nové pokusy, nové neúspěchy, a všechno zase dokola.

On totiž ten kvásek, co vypadá při práci s chlebem na ochočeného, mírného beránka, když z něj uděláme pšeničný, je pěkný rozmazlenec. A taky pěkně nevyzpytatelný. Zákeřný. Odhadnout, jak se bude chovat zrovna ve vaší domácnosti, může být trochu problém. Naučit se s ním pracovat a vychodit si svou cestu může být trochu těžší, než tomu bylo u chleba. Prostě taková vyšší pekařská. Takže, pokud patříte k těm, co si s nimi kvásek při pečení všeho jiného než chleba pěkně pohrává, jste tu správně. Společně ho přemůžeme! Tohle bude první krok k vašemu vítězství! Zkusíme to postupně.

První porážku zaznamená ten na pšenici konvertovaný ničema na bojišti toastového chleba. V tomhle receptu jsem odstranila všechny záludnosti, na kterých by vás kvásek mohl dostat. Pravděpodobnost, že se dílo povede, je tak vysoká, že se blíží k jistotě.

Co budete potřebovat?

Lžíci skutečně ověřeného žitného kvásku, který v chlebu funguje naprosto bezchybně.

Zkušenosti z pečení chleba, který vám jde jako po másle.

Hladkou nebo polohrubou mouku, vodu, Sladěnku nebo med, lžíci jogurtu a sůl.

Máslo na vymazání formy.

A pro všechny případy v záloze pytlíček kvasnic.

No a formu - recept je na formu dlouhou 36 cm.

Pozor - začínáme:

Lžící kvásku spolu s 50 g mouky a 75 ml vody rozmíchejte a nechte pěkně rozkvasit, pokud možno ne zrovna v chladu. Pak přidejte 70 g mouky, 80 ml vody a opět nechte pěkně rozkvasit. Nakonec přidejte 90 g mouky a 60 ml vody a znova nechte pěkně rozkvasit. Kvásek zřejmě nebude tolik růst, spíše bude bublinkovat.

Do pekárny nebo do robota dejte ten krásně rozkvašený kvásek, 400 ml vody, 360 g mouky, lžičku medu nebo Sladěnky, lžici jogurtu, nechte jen trochu promíchat a pak nechte hodinu až dvě odpočinout. Vlastně pracovat :-).

Přidejte 250 g mouky, 2 lžičky soli a nechte pořádně uhníst, optimálně 20 minut.

Pak těsto stěrkou přesuňte do formy dobře vymazané máslem a nechte pěkně v teple kynout. Ideální je kynoucí program v troubě na 40°C (přidejte misku nebo plech s vodou), ale můžete si pomoci i troubou nebo mikrovlnkou, kam formu zavřete na samotku s miskou horké vody.

Když bude těsto nakynuté jen pár milimetrů pod okraj formy, zapněte troubu a vyhřejte ji na 220-230°C. Do vyhřáté trouby dejte opatrně formu a troubu zapařte. Pečte cca 15 minut, pak troubu vyvětrejte, stáhněte teplotu a pečte na 190-200° asi 15 minut. Každá trouba peče jinak, těžko se to odhaduje. Pokud děláte toastový chleba z droždí, pečte tenhle podle zvyku.



Výsledek chuťově možná nebude ještě podle vašich představ - recept je přece jen trošku ošizený, neboť kvůli usnadnění optimalizovaný, ale dílo by se mělo podařit, měl by být esteticky přijatelný a rozhodně bez obav požitelný. Optimalizace spočívá v tom, že v něm

není přidán tuk, který někdy kvásku brání v kynutí a díky tomu, že se peče ve formě, může být těsto relativně řídké, což nám opět podpoří kynutí. Vnímejte těsto v průběhu práce, pozorujte, jak se mění, jak vypadá. To je nejlepší cesta k pečení bez receptů, od oka. Je dobré se naučit, co s těstem nebo pečivem udělají jednotlivé ingredience či postupy. Tak třeba v tomhle těstě, jak bylo řečeno, není žádný tuk. Takové pečivo bude více nadýchané, ale zase dříve suché. Tuk v těstě by způsobil jemnější střídku, ale je těžký a pečivo by bylo hutnější. Stejně tak prospěje nadýchanosti řidší konzistence těsta.



Napište mi do komentářů nebo do FB skupiny, jestli se podařilo podle vašich představ. Doufám, že ano, a proto chystám další díl, kde učiníme další pokrok. Cílem je zlomit ten odpor nezdárného kvásku a péct z něj opravdu všechno, co se peče z droždí. Vlastně i vařit - přece knedlíky :-). 😊

Pro jistotu ale stejně přidávám „první pomoc při nezdaru“:

Co když se kvásek nechce rozkvasit? - Hmotu zužitkujte do chleba a zkuste pokus s jinou moukou, rozkvaste nejlépe špaldovou nebo pšeničnou celozrnnou jemně mletou. Reaguje líp?

Co když nenakyne těsto ve formě? - Hodte ho zpátky do robota a přidejte záložní droždí. Zkuste někdy postup zopakovat a držte se striktně popisu.

V případě jiných problémů se zkuste mrknout na vady chleba.

---