

Vedení kvásku aneb dostala jsem kvásek, a co teď s ním?

Možná jste si přinesli kvásek od dárce, možná jste ho koupili v pekařství nebo ve zdravé výživě, možná jste si založili vlastní podle mého nebo jiného návodu, každopádně, teď potřebujete postup, jak kvásek uchovávat a péci z něj, tedy návod na vedení kvásku.

Pokud jste si kvásek nezakládali sami, máte ho zřejmě větší množství než jednu, dvě lžíce a je potřeba ho zredukovat. Do nádoby, ve které ho budete uchovávat, dejte jen 1-2 lžíce kvásku, zbytek spotřebujte do lívanců nebo na zahuštění kyselé polévky či omáčky, nebo v nejhorším vyhod'te. Asi 12 hodin před tím, než začnete hníst první těsto, rozkvaste následujícím způsobem:

Ke kvásku přidejte množství mouky a vody cca v poměru 1:1, resp. o malinko více vody, než mouky, podle toho, kolik potřebujete do těsta kvásku. Tj. pokud například v receptu máte, že potřebujete 400 g kvásku, přidejte k té původní lžici necelých 200 g žitné mouky a o něco více než 200 ml vody. Zakryté nechte při běžné pokojové teplotě rozkvasit. Kvásek by měl jít do těsta v době, kdy je přibližně na vrcholu. To těžko jako začátečník poznáte, ale sledujte, jak jeho objem stoupá, vrchol je asi tak na dvojnásobku, když začne klesat, už je vcelku pozdě. Před tím, než ho přidáte do těsta, ale nezapomeňte odebrat zpět do nádoby na vedení kvásku 1 lžici kvásku na příště. Pak nádobu pěkně zakryjte a vložte do lednice, kde ji nechte do dalšího pečení, maximálně však 7-10 dní. Tímto způsobem, kdy do původního kvásku přidáte mouku a vodu, necháte rozkvasit do nového kvásku a z toho nového pak zase lžici uchováte do příště, zajistíte kvásku průběžné omlazování. Častější pečení mu nevadí, ba právě naopak, čím častěji pečete, tím lépe se kvásku povede.

Co když chci péct každý den? To není problém, jak už jsem řekla, kvásku to jediné prospěje, bude zesilovat. Můžete buď vždy kvásek půl dne rozkvašovat a půl dne ho mít uložený v lednici, nebo, jako to dělám já, nechat ho stále na lince při spíše chladnější pokojové teplotě a rozkvašovat nadvakrát.

Co když potřebujete delší pauzu než 7-10 dní? V tom případě přidejte do kvásku mouku, aby byl hustší. Čím více mouky přidáte, čím bude kvásek hustší, tím déle vydrží bez aktivity v lednici.

Pokud pečete málo často, proveďte čas od času tzv. omlazení kvásku, a to tak, že po dobu 2-3 dnů opakujte kroky 3. a 4. postupu při zakládání kvásku. Stejně postupujte, pokud se kvásek chová nestandardně, prostě „divně“ ;-).

Z odebraného kvásku můžete zkusit udělat palačinky:
<http://www.kvaskovepeceni.cz/palacinky-z-zitneho-kvasku/>

Zkusili jste můj návod? Nebo vedete kvásek úplně jinak? Napište svoje zkušenosti na Facebook do skupiny Kváskové pečení!!! <https://www.facebook.com/groups/kvaskovepeceni/>
Nedaří se? Přijďte si do skupiny pro radu. 😊
