



KÉZI KENYÉRKÉSZÍTÉS ★ RECEPTEK ★ PÉKMESTEREK ★ MŰHELYEK

Kenyérsütés mesterfokon

MAGGIE GLEZER

BEN FINK FÉNYKÉPEIVEL

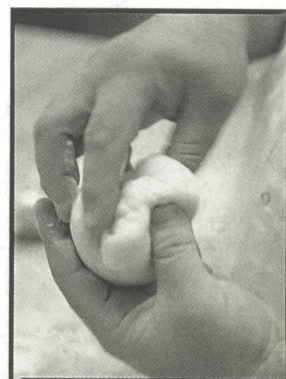


„Korszakalkotó kézikönyv”

THE NEW YORK TIMES



**Kenyérsütés
mesterfokon**



MAGGIE GLEZER

Kenyérsütés mesterfokon

BEN FINK FÉNYKÉPEIVEL

ALEXANDRA

A fordítás az alábbi kiadás alapján készült:

Maggie Glezer: Artisan Baking

Artisan – a Division of Workman Publishing, Inc.

708 Broadway, New York, NY 10003-9555

www.artisanbooks.com

Copyright © Maggie Glezer, 2000

Fotó copyright © Ben Fink, 2000

Hungarian translation © Szabolcska Orsolya, 2010

Minden jog fenntartva.

Tilos ezen kiadvány bármely részét sokszorosítani, információs rendszerben tárolni vagy sugározni bármely formában vagy módon a kiadóval történt előzetes megállapodás nélkül; tilos továbbá terjeszteni másféle kötésben, borítással és tördelésben, mint amilyen formában kiadásra került.

Kiadja a Pécsi Direkt Kft. Alexandra Kiadója, 2011

7630 Pécs, Üszögi-kiserdő utca 1.

Telefon: (72) 777-000

e-mail: info@alexandra.hu

www.alexandra.hu

Felelős kiadó a kft. ügyvezető igazgatója

Felelős szerkesztő Szabó Lea

A kiadvány magyar változatát Bocz József tördelte

Nyomta a Dürer Nyomda Kft., Gyula

Felelős vezető Kovács János ügyvezető igazgató

Megjelent 32,65 (A/5) iv terjedelemben

ISBN 978 963 297 726 3

Arinak, nagyszerű páromnak, vezérlő csillagomnak



TARTALOMJEGYZÉK





Bevezető 8

A SÜTÉS ALAPJAI

Hozzávalók, eszközök és technikák 15

Kenyérfélék kategóriák szerint 32

KEZDJÜK A LISZTTEL

A kenyér lelke 37

A búzamezők közepén 53

Aratóünnep 61

Az őrlő malomkő 69

A hengermalom 83

A KENYÉRSÜTÉS FORTÉLYAI

Ismerkedés a kovással 99

Az előtészta dicsérete 113

Aprócska kézműves pékség 121

Hatalmas kézműves pékség 133

Egy igazi pék fatüzelésű kemencéje 141

KÜLÖNLEGES KENYÉRFÉLÉK

Óvilági rozskenyerek 153

Egy nápolyi pizzaszakács 163

Pandoro: A türelem jutalma 173

A New York-i bialy 181

ÉLET A KEMENCE KÖRNYÉKÉN

Amit a péknek tudnia kell 191

Hagyománykövetés 209

Versenyt sütni 219

Források 234

Címek 236

Köszönetnyilvánítás 238

Tárgymutató 241

Az Acme Kenyérsütő Vállalat pékje kéttányéros mérleg segítségével egyenlő cipókra osztja a tésztát

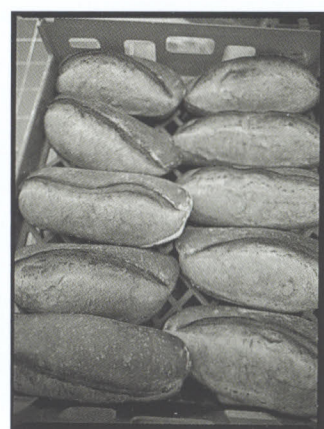
BEVEZETŐ



Összehajtott lenruha a polcon



Hajtogatott lenruhában
kelesztett baguette-ek



Frissen sült kenyér

GRENOBLE-BAN, FRANCIAORSZÁGBAN LÁTTAM ELŐSZÖR KÉZMŰVES PÉKET MUNKA KÖZBEN, jóval azelőtt, hogy e könyv megírásának ötlete egyáltalán felmerült volna bennem. Nagyon korán volt még, jóval hajnalhasadás előtt, én pedig egy fiatal pékinassal cseverésztem egy aprócska péküzetben. A helyiség olyan kicsi volt, hogy kénytelen voltam a gyönyörű öreg téglakemence melletti pultra felülni, nehogy az ide-oda járó péklapát oldalba bökjön. Aznap reggel az a szűk kis hely olyan régimódi franciakenyerek elképesztő sorozatát produkálta, amilyeneket már Franciaországban is csak ritkán lát az ember. Lenyűgözött a téglával kirakott, díszes kovácsoltvas ajtóval és rostéllyal ellátott kemence, és a hatalmas, fényesen csillogó, alulról fűtött tűzhely, amit a pék időről időre újra megrakott. Betolta a péklapátot a kemencébe, és aranyszínű cipókat húzott ki rajta, amiket azonnal dézsá méretű kosárba csúsztatott. A kenyerek héja szinte rögtön repedezni kezdett. A pék ismerte a kemence minden titkát – hová kell helyezni a kényes croissant-okat, hová a hosszabb ideig sült francia kovászos kenyereket, és hogyan kell a lassan barnuló cipók mozaikjába úgy becsúsztatni a lapátot, hogy csak a kész darabokat húzza ki. Hajnalhasadtával, miután a piaci árusok elvitték az aznap reggel eladandó baguette-eket és zsemléket tartalmazó kosarakat, a pék is lassított a tempón. Végre volt egy kis ideje arra, hogy a hűvös hátsó falnak dőlve igyon egy kávé. Búcsúzáskor illatozó kenyerekkel pakolt meg, hogy lustálkodó férjem is megkóstolhassa. Nem emlékszem a férfi nevére, de őt és a kenyerét, amit a függönyökkel elsötétített hotelszobában akkor reggel elfogyasztottunk, nem lehet elfelejteni.

Az élmény mély nyomott hagyott bennem, hatására minden követ megmozgattam, hogy megtanuljam, amit csak a pékmesterségről lehet. Végül csatlakoztam az Amerikai Pékek Céhéhez, a kézműves pékek szervezetéhez, és felfedeztem, hogy a kenyérsütés művészete valószínűleg a reneszánszát éli erre felé. A világ legfinomabb kenyereinek egy részét amerikai pékségekben készítik olyan pékmesterek, akik éppoly odaadó szenvedéllyel viseltetnek a pompás kenyerek iránt, mint kollégájuk Grenoble-ban. A céh keretein belül tanulmányokat folytattam

itthon és Franciaországban, s egy idő után már technikai tanácsokat adó cikkeket írtam a céh lapjába. Mindeközben sok barátot szereztem, és rájöttem, hogy a pékek a legalaposabb, legérdekesebb, legnagyobbkűbb, leglelkesebb és legenergiusabb emberek, akikkel valaha találkoztam.

Ezt a világot akarom megnyitni az olvasó előtt, hogy velem együtt besátáljon a hátsó ajtón, és belépjen ezekbe a fényes, meleg, pirítóstól és élesztőtől illatozó pékségekbe, lássa, hogyan száll a liszt a levegőben, hogy könnyéig elmerülhessen a meleg, nedves tésztában, hogy érezhesse a kemence izzását, és megsejtelje a polcokra zsúfolt, hihetetlen gyorsasággal, mégis nagy gonddal készített tökéletes cipókat. Szeretném, ha az olvasó megismerné azokat a nőket és férfiakat, akik életüket e bonyolult mesterség tökéletes elsajátításának szentelték, ha többet tudnánk a kenyér elsődleges hozzávalójáról, a lisztről, és arról, hogyan készül a kenyér a különböző kézműves pékségekben. Végül, de nem utolsósorban, szeretném bemutatni a pékek életének kihívásait és szépségeit.

Hogy mindezeket az embereket és helyeket megismertessem az olvasóval, útnak indultam a hihetetlenül tehetséges fotóssal, Ben Finkkel – akinek képei a könyv lapjait díszítik –, akivel molnárokat, tudósokat, gazdákat, és az ország legjobb pékjeit látogattuk meg. Róluk általában keveset hallani, hiszen semmi más nem érdekli őket, csak a saját mesterségük. Már vállalkozásunk kezdetén rájöttem, lehetetlen felkeresni az összes nagyszerű pékmestert, írni minden apró lépésről, világosan elmagyarázni a sütés összes technikai mozzanatát. Ezért úgy döntöttem, inkább olyan emberekre, helyszínekre, módszerekre és eseményekre próbálok koncentrálni, melyek számomra különösen érdekesek, vagy gyakorlatilag soha nem esik szó róluk a nagy nyilvánosság előtt, netán rendszeresen félreértelmezik azokat.

A kenyér legfontosabb hozzávalójával, a liszttel kezdünk. Nemcsak azzal foglalkozunk, hogy mi teszi fontossá és különlegessé a lisztet, hanem a gabonafélék termesztésével és nemesítésével, valamint a különböző őrlési módokkal is. Ezután következik a liszt kenyérré változtatása, minek során megismerhetjük a kézműves kenyérsütés védjegyszerű sajátosságait – a kovással történő sütést és az élesztős előtésztaikat; megtudhatjuk, mi a különbség egy aprócska pékség és egy hatalmas péküzem gyártási módszerei közt; és egy pék is mesél nekünk saját fatüzelésű téglakemencéjéről. Ellátogatunk Amerika legkülönlegesebb pékségei közül négybe, ahol tanulmányozzuk néhány kedvenc kenyérfélét – a sötét rozskenyér, a nápolyi pizza, a pandoro és a bialy – elkészítésének módját. Azt hiszem, az olvasó maga is meglepődik majd, milyen jól alkalmazhatók a pékségekben tanult profi módszerek az otthoni konyhában. Végül górcső alá vesszük a pékek életét a mesterszintű tudás elsajátításához szükséges tanulóévektől a mozgalmas sarki pékségeket éltető történeteken keresztül egészen a pékversenyekig, ahol megtanulhatjuk, hogyan fejleszthetők a sütési képességek és a műértés.

A pékektől kapott recepteket és sütési tanácsokat az utazás történetébe szőttem. Minden recept az eredeti, pékségekben is használt formulának háztartásokra szabott változata. Ha némelyik kissé bonyolultnak tűnik, annak oka az, hogy rendíthetetlenül ragaszkodtam a szakértők módszereihez és a hozzávalók profi arányaihoz. A recepteket kategóriákba soroltam a hozzáértés szükséges szintje szerint, hogy így kíméljem meg a kevésbé tapasztalt sütni szándékozókat a legtrükkösebb receptektől.

Mindegy, hogy szakmabeliként, érdeklődőként vagy ingyenként veszi kézbe e könyvet, körútra invitálom, hogy velem együtt tapasztalja meg azt a törekvést, elhivatottságot és mesterségbeli tudást, mely a készítés során beleszivárogozik mindennapjaink legfinomabb kenyereibe.

MILYEN A KÉZMŰVES KENYÉR?

Amikor megemlítem valakinek, hogy a kézműves kenyérsütésről írtam könyvet, mindig kérdő tekintet a válasz – mi az a „kézműves kenyér”? A szótár nem segít sokat a tisztázásban, hiszen a szócikk szerint a „kézműves” szó jelentése szakképzettséget igénylő szakmában dolgozó személy, illetve mesterember. Ezért úgy döntöttem, közvélemény-kutatást végzek néhány köztisztelőben álló pékmester körében, kíváncsian várva, mivel járulnak hozzá a fogalom meghatározásához. Különféle válaszokat kaptam, de egyvalamiben mindannyian egyetértettek: hogy „kézműves” kenyérnek nevezhessünk egy pékárut, annak legalább részben kézzel kell készülnie.

Továbbá valószínűsíthető, hogy kézműves kenyéren a ropogós héjú, európai stílusú kenyeret kell érteni, melyek készülhetnek kovással, de anélkül is; remélhetőleg kézzel mérik, gömbölyítik, formálják és vágják be; és valódi tűztérben, kemencében sütik. De ennél jóval nehezebb meghatározni azt a minőséget, amire a kifejezés szintén utal – értve ez alatt a kenyérhez való liszt színének és zamatának gondos kiválasztását, és a természetes ízeket, melyeket a gondos hozzáértés varázsol elő.





KENYÉRSÜTÉS MESTERFOKON



A SÜTÉS ALAPJAI

HOZZÁVALÓK,

ESZKÖZÖK

ÉS TECHNIKÁK

AZOK, AKIK NEM ISMERŐSEK A RECEPTEKBEN ELŐÍRT HOZZÁVALÓK, eszközök és technikák világában, vagy csupán némi bátorításra van szükségük, a lehető legjobb helyen járnak. Olvassuk végig figyelmesen ezeket a részeket, és csak utána lapozzunk a receptekhez. Némelyik utasítás sokkal érthetőbbé válik, amikor gyakorlatban próbáljuk végrehajtani a tésztán.

A sütés olyan mesterség, amelyet csak évekig tartó próbálkozás során és a saját hibáink árán sajátíthatunk el, a receptek önmagukban nem elegendőek. Nem győzöm hangsúlyozni, mennyire fontos, hogy megadjuk magunknak a sikertelen próbálkozás esélyét – nem kell hozzá más, csak liszt, víz és idő. Jusson eszünkbe, a siker nem jó tanítómester. Igyekeztem minden egyes lépést leírni, a recepteket nemcsak jómagam teszteltem, hanem kiváló ellenőröm, Rita Yeazel is. Mindenesetre előfordulhat, hogy az olvasó konyhájának felszereltsége eltér a miénkétől, vagy azon a vidéken kicsit másmilyenek az alapanyagok, ezért mindenkinek a saját körülményei szerint kell picit módosítani a recepteket.

A profi pékek készek az évszakhoz igazítani az élesztő mennyiségét és a víz hőmérsékletét, szabályozni az általuk készített tészta erjedését. Miért ne tehetne ugyanígy az, aki otthon fog hozzá a sütéshez? Ha a tészta túl lassan erjed, legközelebb keverjünk hozzá negyedével több élesztőt, vagy legyen melegebb a víz. Ha hőség van a konyhánkban, használjunk jéghideg vizet, vagy negyedével kevesebb élesztőt. Ne féljünk pepecselni az élesztővel – végül is csak igazítani kell a mennyiségeken.

Csak egy dolgot nem szabad elfelejtenünk: érezzük magunkat jól a konyhában! Egyszer fültanúja voltam, ahogy a megboldogult Lionel Poilâne – a híres párizsi pék, aki a könyvben szereplő pékek közül nem egynek volt ihletője – arról mesélt, hogy vacsorameghívást kapott egy családtól. A háziasszony egy kosár kenyeret tett az asztalra, és rögtön el is kezdett szabadkozni, mondván, hogy ő maga sütötte, és hogy az természetesen fel sem érhet a vendég mesteri cipóival. De Monsieur Poilâne ellentmondott neki, állítva, hogy a cipó messze remekebb, mint bármelyik, amelyet ő maga valaha is eladott, hiszen a nő a kenyeret a családjának készítette, saját kezével, és beleadta szívét-lelkét.

H O Z Z Á V A L Ó K

Liszt, víz, só és élesztő – ezek a kenyér alapvető hozzávalói. Míg első pillantásra úgy tűnik, mi sem lehetne egyszerűbb a kenyérsütésnél, közelebbről szemügyre véve a dolgot rá kell jönnünk, hogy az első benyomás téves. Azok számára, akik otthon próbálnak profi módjára kenyeret sütni, általában a megfelelő liszt megtalálása az egész procedura legnyomasztóbb része. Azok a fajták és változatok, amelyeket a hivatásos pékek könnyedén beszerezhetnek, sokkal jobb minőségűek a hobbipékek számára elérhető típusoknál. Ennek ellenére az esetek többségében a probléma megoldható, ha az ember tudja, mit mivel lehet helyettesíteni. Mindegyik receptet kipróbáltuk a lehető leghétköznapiabb fajtájú és márkájú lisztekkel is, de néhány kenyérfajtahoz valóban olyan különleges lisztfélékre van szükség, amelyeket általában csak megrendelni lehet bizonyos beszállítóktól (lásd *Források*, 234. oldal). A gondok másik forrása az élesztő szokott lenni, mivel a profik többsége friss vagy porélesztőt, az otthon kenyeret sütő laikusok pedig szárított fajtát használnak. A fejezetet átolvasva többet tudhatunk meg ezekről a témákról, és a receptek által előírt egyéb hozzávalókról.

B ú z a l i s z t e k

Fehér liszt A könyvben szereplő receptek majdnem mindegyikét kiprobáltuk hagyományos amerikai liszt-fajtákkal, azok kivételével, amelyek kifejezetten más fajtát írnak elő. Jobb biolisztet használni, nem feltétlenül azért, mert kellemesebb az íze, vagy jobban lehet vele dolgozni – bár többnyire ez is igaz –, hanem egyszerűen azért, mert környezetbarát.

A receptek elkészítéséhez fehérítetlen lisztre van szükség: univerzális vagy kenyérlisztre, esetleg a kettő keverékére. Valójában a „kenyérliszt” mindig fehérítetlen, kivéve, ha a csomagoláson máshogy írják, de a „süteménylisztet” és az „univerzális” lisztet általában – klórgázzal – fehérítik, kivéve persze, ha a csomagolás mást állít. A kézműves kenyerek egy részének elkészítéséhez 11,5%-os fehérjetartalmú liszt szükséges, vagy legalábbis olyan fajta, ami hasonlóan viselkedik. Ezeknél a recepteknél univerzális lisztet kevertem össze kenyérliszttel (a kenyérliszt fehérjetartalma többnyire 12,5% [4 g fehérje egy 30 grammos adagban], az univerzális liszté 10,5% [3 g a 29 grammban]). Ha eleve 11,5 százalékos fajtát használunk (a King Arthur univerzális liszt ebbe a kategóriába tartozik), simán helyettesítsük ezzel a lisztkeveréket.

Teljes kiőrlésű Győződjünk meg róla, hogy frissen őrölt lisztet használunk, olyat, amelyet kifejezetten kenyérsütéshez készítenek. A boltokban kapható teljes kiőrlésű búzaliszt nagy része muffinhoz és palacsintához készül, ezért alacsony sikértartalmú búzaszemekből őrlik – de ezek nem jók kenyérsütéshez. A puha – vagyis alacsony sikértartalmú – teljes kiőrlésű búzaliszt fehérjetartalma legfeljebb 11% (3 g fehérje egy 30 grammos adagban). Van egy trükk, amely segítségével eldönthetjük, milyen lisztet választottunk: nézzük meg a csomagoláson található receptet. Ha muffin-, vagy palacsinta-

recept, akkor jó eséllyel puha lisztről van szó. Más korpás liszteket sötét, északi tavaszi búzából őrölnek, ezek túl szívósak – magas a sikértartalmuk –; a fehérjetartalmuk 16% is lehet (5 g egy 30 grammos adagban). A kemény, vörös téli búza, és nem a tavaszi az, ami a legjobb a kézműves kenyerekhez, a maga 13 százalékos fehérjetartalmával (4 g egy 30 grammos adagban).

Korpás liszt Kiváló fehér liszt, mely a magbelsőn kívül korpát és csírákat is tartalmaz, így világosbarna, az íze pedig gazdag és telt. A korpás lisztek közt is lehet különbség, attól függően, hogy a teljes magnak mekkora részét tartalmazzák – ez az arány 77% és 90% között mozog, az őrlés során ennyit őriznek meg a búzaszem-ből. A fehér liszt a magnak általában csak 72%-át tartalmazza. A legjobbak a szitált, lassan őrölt típusok, ezek Amerikában nem, de Európában beszerezhetők. A henger-malomban őrölt változatok is ritkák.

Ha nehezen tudjuk beszerezni ezt a fajtát, készíthetünk magunk is hasonlót. Ehhez durván őrölt, kemény téli búzából készült teljes kiőrlésű kenyérlisztet átrostálunk szitán vagy szűrőn (a szitán fennakadó korpát használhatjuk muffin készítésére, vagy megszórhatjuk vele a lapátot). Kicsit több fáradtsággal jár, mintha csak összekevernénk a teljes kiőrlésű búzalisztet fehér liszttel, de az aranyárga színű végeredmény megéri a befektetett energiát.

Magas sikértartalmú liszt Nagyon szívós kenyérliszt, melynek fehérjetartalma meglehetősen magas, 14% körüli. Sötét északi tavaszi búzából őrlik. Nem helyettesíthető más típusal.

Durumliszt Ha a recept durumlisztet ír elő, győződjünk meg róla, hogy sima durumlisztet veszünk, és nem szintén durumbúzából őrölt daralisztet (az alapanyag miatt adódhat a félreértés). A sima durumlisztből remek, szilárd tészta készül. A daralisztből készült kenyér nem kel

túl magasra, és meglehetősen tömör is marad (az észak-amerikai kenyerekhez remekül beválik, de esetünkben kevésbé). Sajnos a durumlisztet még mindig csak nehézkesen lehet beszerezni (lásd *Források*, 234. oldal).

Diasztatikus árpamaláta Bár ez nem szerepel hozzávalóként egyik receptben sem, szükségünk lehet rá a liszt feljavításához. Közvetlenül kisebb malmoktól vásárolt liszt esetében érdemes rákérdeznünk, hogy adtak-e árpamalátát vagy gombaeredetű amilázt a liszthez, vagy hogy „enzimösszetétel szempontjából kiegyensúlyozott-e” a liszt. A nagyobb malmokban gondoskodnak róla, hogy a liszt kiegyensúlyozott legyen, és a hozzávalók listáján az árpamalátát is feltüntetik, de a kisebb vállalkozások, különösen a biomalmok ezt a lépést a pékekre szokták hagyni. A probléma onnan ismerhető fel, hogy a kenyér héja halvány marad a megfelelő sütés ellenére is. Az enzimentartalom tökéletlenségére utalhat a lassú erjedés és normálisnál kisebb méret is.

Hogy a lisztben található keményítő az élesztő segítségével erjedést eredményezhessen, két enzimre van szükség – az alfa- és a béta-amilázra. A legtöbb lisztfajta bőven tartalmaz béta-amilázt, de alfa-amilázból már gyakran túl kevés van bennük. Sok malom teszteli a lisztet, és megfelelő mennyiségű gombaeredetű amiláz vagy árpamaláta hozzáadásával javítja az enzimek egyensúlyát.

Ha a fenti problémára gyanakszunk, mi magunk kiegészíthetjük a lisztet diasztatikus árpamalátával (lásd *Források*, 234. oldal). Kezdetnek keverjünk ½ teáskanál (aktív enzimentartalmú) diasztatikus árpamalátát 1 bögrényi liszthez. Ha még mindig nagyon halvány a kenyérünk, duplázzuk meg a mennyiséget. Ha túl sokat adunk hozzá, a kenyér bele nyirkos és nyúlós lesz, úgy-hogy óvatossá kell lennünk.

A GABONALISZTEK TÁROLÁSA

Az őrölt gabonatermékek, például a liszt, a dara és a darált magvak csírájában és korpájában található telítetlen zsír könnyen avasodik; ezzel szemben az érintetlen, egészben tárolt magvak évekig is elállnak. A megavasodott lisztféle jellegzetesen kellemetlen, áporodott, kesernyős ízt könnyen észreveszi az ízekre érzékenyebb kóstoló. Elkerülhetjük az avas termékeket, ha csak frissen őrölt árut veszünk, lehetőleg közvetlenül a malomtól (így ismerjük a feldolgozás dátumát), vagy ha jó nevű, nagy forgalmat bonyolító kereskedőtől vásárolunk.

Az egyesült államokbeli rozsfeldolgozók egyike, a Bay State Mills kilencvennapos garanciát vállal minden 24 °C alatti hőmérsékleten tárolt teljes értékű gabonaterméke szavatosságára. A javaslatuknak megfelelően a hűtőben tárolt teljes értékű gabonatermékek akár ti-

zennégy hétig is elállnak, de ha a fagyaszttóban tartjuk, akár tovább is. A lisztféléket én az eredeti zsákjukban tárolom, amit még zárható műanyag tasakba is bebújta-tok, mielőtt a fagyaszttóba tenném. Használat előtt hagyom, hogy a liszt szobahőmérsékletűre melegedjen. Egy dologra kell figyelni: ha hűtőben vagy fagyaszttóban tároljuk a lisztet, jól le kell zárni a zsákját, mivel könnyen átveszi a többi étel szagát.

Rozstermékek

A rozsliszt minden fajtájának magasabb a hamutartalma, mint a búzalisztnek, hiszen a rozsszemnek nagyobb hányada marad a végtermékben. Mivel több benne a korpá és a csíra is, általában sötétebb a színe. Sok rozslisztet használó pék állítja, hogy a rozsos sütés titka az igazán friss, nemrégiben őrölt rozsliszt és dara használata. Minél régebbi a liszt, annál kevésbé érezhető a rozsz íze, ugyanúgy, ahogy az őrölt fűszerek íze is mérséklődik. Ráadásul a csírában és a korpában található olaj a lisztet telítetlen zsírral gazdagítja, ami ha megromlik, észrevehetően avassá teszi annak ízét.

A következő termékek megfelelnek a malomipari szabványoknak:

A **fehér rozsliszt** a legtisztább ezek közül, és az egyetlen, amit időnként (klórgázzal) fehérítenek is. A rozsmag belének középső részéből őrlik, olyan kevés korpát hagyva a lisztben, amilyen keveset csak lehet. Az ilyen liszt fehérjetartalma az évjárattól függően 7,5-9,5%, a hamutartalma pedig 0,65%. Alig érezhető rajta a rozsz íze, egyenértékű az olyan búzaliszttal, mely a finomítás után marad a teljes kiőrlésűből.

A **világos rozsliszt** a mag egészét feldolgozzák, így jóval sötétebb és ízletesebb, mint a fehér rozsliszt. Az évjárattól függően 9-11% fehérjét, és nagyjából 1,2% korpát tartalmaz.

A **sötét rozsliszt** a közhiedelemmel ellentétben nem teljes kiőrlésű liszt, de bőséges mennyiségű korpát tartalmaz. A magbél külső részeinek őrleménye, a fehérjetartalma az évjárattól függően 14-17%, és 2,5% a hamutartalma, hiszen az őrlet azon részéről van szó, ami a fehér rozsliszt leszítálása után marad. A rozsz íze ebben a típusban érezhető legjobban.

A **rozstörtet** készítésekor az egész rozsszemet őrlik meg – különböző típusú töretekhez más nagyságú szemcsékre. A legfinomabb őrlemény egyenértékű a teljes kiőrlésű rozsliszttal, de a durvább fajtákban a szemcsék nagysága az eredeti szem méretének egy-tizenhatodától

A TÉSZTA ÖSSZETÉTELÉNEK SZÁZALÉKOS SZÁMÍTÁSÁRÓL

A hozzávalók mennyiségét nem csupán térfogat és súly alapján adtam meg, hanem a profi pékek által használt százalékos rendszer szerint is. Ha sokat süt az ember, érdemes megtanulni ezt a rendszert, mivel a segítségével könnyedén át tudjuk számítani a receptek által előírt mennyiségeket bármekkora adaghoz, illetve a tapasztaltabb pékek számára összehasonlítási alapul szolgál különböző receptek közt. A haladók számára nem is létezik ennél jobb segítség a receptírásban. A százalékos számítási rendszer segítségével váltottam át a hatalmas tételekkel számoló profi recepte-

ket kezelhetőbb mennyiségekre, otthoni használatra úgy, hogy közben az arányokat megtartottam.

A súlymértéken alapuló rendszer úgy működik, hogy minden hozzávalót a teljes lisztmennyiség százalékában adunk meg. Így ha a recept 1000 gramm lisztet, 700 gramm vizet, 20 gramm élesztőt és 20 gramm sót ír elő, a százalékok ennek megfelelően: 100% liszt, 70% víz, 2% élesztő és 2% só.

Ha több, különböző típusú lisztet használunk, ezek együttes mennyisége a 100%. Így ha egy recepthoz 45 gramm rozslisztet, 180 gramm teljes kiőrlésű

búzalisztet és 225 gramm fehér lisztet kell használni, a százalékok a következőképpen alakulnak: 10% rozsliszt, 40% teljes kiőrlésű búzaliszt és 50% fehér liszt. A teljes mennyiség 450 gramm: $45 \div 450 = 0,1 = 10\%$ rozsliszt; $180 \div 450 = 0,4 = 40\%$ teljes kiőrlésű búzaliszt; $225 \div 450 = 0,5 = 50\%$ fehér liszt.

Ha élesztős előtészta is kell készíteni, mindenki másképp foglalja ezt százalékba. Úgy döntöttem, hogy az előtésztahoz szükséges teljes lisztmennyiséget 100 százalékként értelmezem, de magában a tésztában az előtészta súlyát a liszt súlyának arányában adom meg.

A SZÁZALÉKOS SZÁMÍTÁS ALKALMAZÁSA AZ ADAG MEGVÁLTOZTATÁSÁBAN

Az átszámítást négy lépésben végezzük, amelyeket az alábbiakban olyan példán illusztrálok, amelyben 500 grammos kenyér receptjének mennyiségeit számoljuk át 750 grammhoz szükséges mennyiségekre. A recept 50% élesztős előtészta, 70% vizet, 100% lisztet, 2,4% sót és 0,6% porélesztőt ír elő.

1. Kilogrammban vagy grammban gondolkodva döntünk el, mekkora súlyú tésztát szeretnénk kapni (a legtöbb pék plusz 10 százalékkal számol, hogy így ellensúlyozza a sütés miatti súlycsökkenést). Fontos, hogy az összes hozzávaló mennyiségét ugyanebben a mértékegységben fejezzük ki. A példában a tészta teljes súlya:

$$750 \times 1,1 = 825 \text{ gramm tészta (az 1,1 jelenti a 10% pluszt).}$$

2. Adjuk össze a recept által előírt százalékokat (50% élesztős előtészta, 70% víz, 100% liszt, 2,4% só és 0,6% porélesztő):

$$50 + 70 + 100 + 2,4 + 0,6 = 223$$

$$\text{Majd osszuk el százzal: } 223 \div 100 = 2,23$$

3. Osszuk el a tészta kívánt súlyát (825 g) a 2. lépésben kapott eredménnyel. Az így kapott szám adja meg a tésztához szükséges liszt mennyiségét.

$$825 \div 2,23 = 369,9 \text{ (kerekítve 370)}$$

$$370 \text{ g liszt}$$

4. Minden hozzávaló százalékos mennyiségét szorozzuk meg a 3. lépésben kapott lisztmennyiséggel, így jön ki, hogy mennyit kell használnunk belőlük az új adaghoz. Ellenőrizhetjük a számításainkat, ha összeadjuk a hozzávalók újonnan megállapított mennyiségeit, végeredményként az 1. lépésben meghatározott új adag súlyát kell kapnunk.

$$370 \times 0,5 = 185$$

$$185 \text{ gramm előtészta}$$

$$370 \times 0,7 = 259 \text{ (kerekítve 260)}$$

$$260 \text{ gramm víz}$$

$$370 \times 1 = 370$$

$$370 \text{ gramm liszt}$$

$$370 \times 0,024 = 8,8 \text{ (kerekítve 9)}$$

$$9 \text{ gramm só}$$

$$370 \times 0,006 = 2,2 \text{ (kerekítve 2)}$$

$$2 \text{ gramm élesztő}$$

$$826 \text{ gramm tészta}$$

a feléig is terjedhet. Egyes kisebb malmok és kereskedések „pumpnickel lisztnek”, mások „sötét rozslisztnek” nevezik a legfinomabb őrlésű rozstöröretet.

S ó

A receptekben használt són minden esetben a hétköznapi asztali só kell érteni. Ez a következetesség miatt fontos, hogy így a másfél teáskanál só ugyanannyit jelentsen nálam és az olvasónál is. Rendkívül fontos a só pontos használata, hiszen ha túl keveset teszünk a tésztába, az ízetlen lesz, ha pedig túl sokat, akkor megváltozik az íze, és a só hátráltatja a tészta erjedését is. Ha valaki jobban szereti a tengeri vagy a kóser sót, le kell mérnie, hogy biztosan a megfelelő mennyiségben használja. A sókristályok nagysága minden fajta esetében más, ezért eltérő a térfogat és súly aránya; csak a mérés után lehetünk biztosak benne, hogy nem használunk túl sokat vagy túl keveset.

V í z

A sütéshez még kovászos erjesztőanyag esetében is csapvizet használok – nincs annyi klór benne, hogy megbénítsa a kovász erőteljes mikroflóráját. Hacsak nem olyan területen élünk, ahol rendkívül lágy a víz (ami ezért ragadósá és csirizessé teszi a tésztát), mint Magyarországon például az Alföld délnyugati részein, nyugodtan használjunk csapvizet. Jómagam életem és problémák nélkül sütöttem kenyeret az Arizona államban fekvő Tucsonban, ahol nagyon kemény a víz. Ha valahol szélsőségesen lágy a víz – személy szerint ilyet soha nem tapasztaltam –, ott lehet palackozott vizet használni a kenyérsütéshez.

A hiedelem, miszerint a víz minősége befolyásolja a kenyér minőségét, évszázadokra nyúlik vissza. (New Yorkban is széles körben elterjedt, így az ottaniak előszeretettel hangsúlyozzák, hogy náluk nemcsak a víz, hanem a kenyér is jobb, mint máshol.) Jóval a közművesített vízvezetékek kora előtt kapott szárnyra, amikor a pékek még a saját kútjaikból húzták a vizet a kenyérhez. Ha a kút vize poshadt volt, természetesen a kenyér is rossz lett. Manapság azonban a csapvíz majdnem mindenhol megfelelő minőségű a kenyérsütéshez.

É l e s z t ő

Eredeti, bontatlan csomagolásban minden szárított porélesztő eláll egy évig. Persze ha egyszer megbontjuk a csomagot, a szárított élesztők már akkor is csak két-három hónapig tarthatóak el, ha a hűtő leghidegebb zugában, légmentesen záródó dobozban tároljuk. Írjuk rá

a felbontás dátumát a dobozra, így mindig tudni fogjuk, mennyire friss az élesztő. Nem ajánlatos élesztőt fagyasztani, mivel ilyenkor sérülnek az élesztősejtek. Bár nagy kiszorulásban olcsóbban megvehetjük az élesztőt, végül úgymint kidobnánk a nagy részét. Ezt elkerülendő vegyünk mindig csupán annyit, amennyit három hónap alatt elhasználunk.

A házi pékek a következő élesztőfajták közül választhatnak:

A szárított élesztő a legerterjedtebb az amerikai háztartásokban. Többnyire 7 grammos, háromtasakos csomagokban árulják, használat előtt pedig 40-45 °C-os vízbe (ami már túl forró lenne babafürdetéshez, de felnőtteknek maga a mennyország) kell áztatni 5-10 percig. (Újabban több gasztronómiai író nyilvánította szükségtelennek ezt a lépést, de ennek egyetlen oka, hogy a receptek többségében úgymint olyan sok élesztőt ír elő, hogy akkora mennyiség mellett valóban nem számít, kihagyjuk-e. Én inkább kevesebbet használok, de azt gondosan készítem elő, hogy a lehető legtöbbet hozzam ki belőle.) A szárított élesztő esetében a legalacsonyabb a sejtenkénti szén-dioxid-termelés, így ez a leglassabb és legtöbb vesződséggel járó élesztőfajta.

Porélesztő Sok gasztronómiai szerző említ mostanában „gyorskelesztő” élesztőt a receptjeiben, ahogy az instant kávé is sokan hívják Nescafének. A RapidRise™ (Gyorskelesztő) márkanév a Fleischmann's vállalat 7 grammos, háromtasakos kiszorulású porélesztőjét jelenti, és nem egy külön élesztőfajtát. Ez ugyanaz az élesztő – némi tésztát erősítő aszkorbinsavval dúsítva – mint amit a cég „Élesztő kenyérsütőgéphez” néven is árul 100 grammos, és „Instant élesztőként” fél kilogrammos kiszorulásban, üvegben vagy alufóliába csomagolva. A Red Star QuickRise™-nak (Villámkelesztő) nevezi porélesztőjét, melyet szintén háromtasakos kiszorulásban hoz forgalomba. A SAF, egy harmadik népszerű vállalat, bármilyen megdöbbenő, de „Instant élesztőként” árulja saját termékét. Egyetlen dolgot kell megértenünk az összes hasonló élesztővel kapcsolatban: *mindegyik teljesen ugyanolyan.*

A porélesztő nagyon praktikus az otthoni kenyérsütéshez, mert nem kell vízbe áztatni, mielőtt a tésztához keverjük – kivéve persze, ha a tésztában is kevés a víz –, mivel az élesztősejtek hártájára lyukacsos, így könnyen magába szívja a vizet. Mivel azonban ez az élesztőfajta 20 perc alatt képes teljesen kifejteni hatását, javaslom, hogy még a pihentetés előtt keverjük a tésztához, vagy

hagyjuk állni azt közvetlenül sütés előtt, hogy az élesztő a lehető legjobban megkelessze a tésztát, és ne maradjon kis golyókat formálva benne. A tészta hőmérsékletének 20-30 °C körül kell lennie ahhoz, hogy a belekevert élesztő sejtjei elegendő mennyiségű vizet nyeljenek el, ezért legjobb, ha langyos vagy meleg vízzel készítjük a tésztát. (Ne foglalkozunk a gyártók ostoba javaslatával, miszerint a tésztához forró vizet kell használni.) Ha a tésztában nagyon kevés a víz, vagy nagyon hidegen kell összekeverni a hozzávalókat, külön futtassuk fel az élesztőt meleg, nagyjából 40 °C-os vízben. Néhány recept esetében az élesztőt azért kell külön elkeverni a vízzel, hogy így nagyon kis mennyiséget is le tudunk mérni.

Mivel a porélesztő sejtjei több gázt termelnek a száritott élesztőjénél, *kevesebbet* kell használni belőle. A házi kenyérsütéshez szánt receptek leggyakoribb hibája a túl sok élesztő használata. Érdekes marketinghúzás (és fura gyártói döntés eredménye), hogy a Fleischmann's és a Red Star cégek a porélesztőt és a száritott élesztőt egyaránt 7 grammos (2¼ teáskanál) tasakokba csomagolják, annak ellenére, hogy porélesztőből mindig kevesebbet kell használni. Így azt a képzetet keltik a vásárlókban, hogy a porélesztő gyorsabban erjeszti a tésztát, mint a száritott élesztő. Valójában használhatunk porélesztőt lassú erjesztéshez is, ha a mennyiséget a kívánt hatás szerint adagoljuk.

Ozmotoleráns porélesztő Ez a fajta porélesztő jól tűri a cukor hozzáadását is, ezért remekül használható a gyakran kevés folyadékkal (tejjel és tojással), de sok cukorral készülő édes tésztákhoz. Nagy előnye, hogy az édes tésztákhoz sem kell a szokásosnál többet adni belőle, míg a száritott vagy a sima élesztőből hatalmas adagok szükségesek ugyanolyan hatás eléréséhez. Amerikai kereskedelemben csak egy márka kapható viszonylag sok helyen, mégpedig a SAF Instant Gold terméke, ami postán is rendelhető (lásd *Források*, 234. oldal).

Préselt (friss) élesztő Ez az élesztőfajta a leghatékonyabb; ez termeli a legtöbb gázt a sejt számhoz viszonyítva, éppen ezért sok kézműves pék használja szívesen, hiszen hatásos és megbízható. Mivel viszont az amerikai háztartások számára nehézkes a beszerzése, kevés recepthez használom, és olyankor is mindig említék alternatívát is.

A hivatásos pékek hozzámorzsolják a tésztához, de aki otthon süt, először többnyire felfuttatja meleg vízben.

A friss élesztő sajnos nagyon gyorsan megromlik, a csomagolástól számítva körülbelül csak nyolc hétig áll el. Soha ne tároljuk 7° C-nál magasabb hőmérsékleten. Ennél melegebb helyen tárolva bomlásnak indul, a fagyasztás pedig roncsolja az élesztősejteket (a fagyasztás alatt formálódó jégkristályok áttörik a sérülékeny sejt-falat). A meleg helyen tárolt élesztő kellemetlen szagot áraszt, a vele készült tészta csirizes és ragadós, az abból sült kenyér pedig áporodott ízű lesz.

AZ ÉLESZTŐFAJTÁKBÓL

HASZNÁLATOS MENNYISÉGEK

Semmi sem tiltja, hogy egyik élesztőfajta a másikkal helyettesítsük, ha számításba vesszük, hogy különböző élelénsséggel fejtik ki hatásukat. A következő képletekkel számolhatjuk ki a cukor nélkül készülő tészták megfelelő kelesztéséhez szükséges élesztőmennyiséget:

Friss élesztő: A receptünk által előírt liszthez csészénként (150 gramm) az élesztőkocka ⅙ részére (3 gramm) van szükség. Egy 18 grammos élesztőkocka nagyjából 6 csészényi (900 gramm) liszt kelesztéséhez elegendő.

Száritott élesztő: Minden csésze (150 gramm) liszthez ½ teáskanál (2 gramm) száritott élesztő szükséges. 8 gramm száritott élesztő körülbelül 4⅔ csésze (700 gramm) liszt erjesztéséhez elegendő.

Porélesztő: Egy csésze (150 gramm) liszthez ⅓ teáskanál – vagyis bő ¼ teáskanál vagy ¼ és még ⅛ teáskanálnyi – (1 gramm) porélesztőt kell használni. 8 gramm nagyjából 6 csésze (900 gramm) liszt kelesztéséhez elegendő.

FUTTASSUK VAGY ÁZTASSUK?

Én magam soha nem futtatom fel az élesztőt, csupán beázatom azt. Hogy mi a különbség? Az élesztő futtatásakor cukrot is teszünk a vízbe, így a keverék felhabosodik, amikor az élesztő elkezd erjeszteni a cukrot. Kezdő pékek számára hasznos lépés lehet ez, ha kétségeik vannak azzal kapcsolatban, hogy az élesztő „él-e” még, de egyébként teljesen szükségtelen, ha azt megfelelő módon tároljuk, és nem járt le a szavatossága. Az áztatásnál egyszerűen meleg – 40-43 °C-os – vízbe áztatjuk az élesztőt, hogy beindítsuk az erjedési folyamatot. Akkor szoktam beáztatni az élesztőt, ha maga a recept csak nagyon kevés folyadékot tartalmaz, mint például az édes tészták többségénél; vagy ha nagyon kicsi adagot kell kimérnem belőle.

ESZKÖZÖK

Ahhoz, hogy jó kenyeret süthessünk, alig kell eszközt használnunk, kenyérsütéshez megfelelően felszerelt konyhában pedig nyugodtan rögtönözhetünk is, ha rendelkezésünkre állnak a következő eszközök: tepsik, kenyérformák, fakanalak, szilikonspatulák, edényfogók, mérőedények szárazanyagokhoz és folyadékokhoz, rács a kihűtéshez, és egy vagy két nagy tál (a rozsdamentes acélból készült tálak különösen praktikusak, mert nem nehezek, és könnyedén tisztíthatók). Nagy teljesítményű, nagy űrtartalmú konyhai robotgép nem feltétlenül szükséges a receptek elkészítéséhez, de nagyon megkönnyíti a dolgunkat.

A kenyérsütés elkötelezett hívei a következő eszközökkel gazdagíthatják konyhájukat:

NÉHÁNY SZÓ A MÉRŐKANALAKRÓL

A mérőkanalak között gyártótól függően nagy különbségek vannak; ez azt jelenti, hogy ami az egyiknél 1 teáskanál, az a másikonál 1¼ teáskanálnak felel meg. Csak úgy győződhetünk meg arról, hogy megfelelő mennyiséget használunk, ha lemérjük a hozzávalókat. Tapasztalatom szerint a legtöbb gondot a só okozza. Ha pontatlanul adagoljuk, túl sós vagy íztelen lesz a kenyér, ezért ha ilyesmit tapasztalunk, okkal gyanakodhatunk a mérőkanalainkra. A legmodernebb konyhai eszközöket árusító üzletekben kapható az a kiváló mérőkanálkészlet, amit én magam legszívesebben használok. Az „Endurance” fantázianevű, Kínában gyártott mérőkanalak valóban pontosan mérnek, vagyis az evőkanál űrtartalma 15 ml, a teáskanálé 5 ml, és így tovább. Ráadásul a kanalak feje keskeny, így könnyen befér a fűszeres üvegekbe, és kellemesen nehezek is (lásd *Források*, 234. oldal).

Sütőkő

Egy nagy, a sütőnkbe tökéletesen illeszkedő sütőkő, ami minden oldalon 5-7,5 centis helyet hagy szabadon a levegő áramlásának, alapvető darabja a felszerelésnek. Az előre felforrósított kő jókora adag hőt ad át a kenyérnek abban a pillanatban, hogy ráhelyezzük, így tökéletes körülményeket teremt a tészta kelésének utolsó, a sütőben zajló szakaszához; valamint sütés közben is lassú, egyenletes hőátadást biztosít, így még magas hőfokon is ropogós, nem égett héjú kenyér lesz az eredmény. Vastag, négyszögletű darabra lesz szükségünk, amit akár úgy is beszerezhetünk, hogy kőfaragóval kötünk alkut kezeletlen, maradék márvány-, gránit- vagy palakódarabra, melyet méretre is vágatunk vele (az effajta köveket gyakran kezelik mérgező anyagokkal, ezért erre mindenképpen kérdezzünk rá). Tipp: A sütőkövet tisztíthatjuk a sütővel együtt.

Konyhai mérleg

A konyhai felszerelés felbecsülhetetlen értékű darabja, amely tökéletesen pontossá teszi és megkönnyíti a hozzá-

valók adagolását. A házi pékek gyakran az időjárást okolják a tészta változásaiért (ha túl ragacsos, bizonyára magas a páratartalom), de általában a hozzávalók pontatlan adagolása a felelős ezért. A legjobb az elektromos mérleg, grammonkénti beosztással és legalább 2000 grammos űrtartalommal. A klasszikus, rugós konyhai mérlegek esetében, ha a skála kis egységeként van beosztva, kicsi az űrtartalom is, ha pedig nagy az űrtartalom, nem elég finom a beosztás – egyik se jön jól a kenyérsütésnél.

Görgős nyújtófa

Ha szeretünk édes kelt tésztákat készíteni, egy tömörfából készült, legalább 38 cm hosszú görgős nyújtófa nagyon jó szolgálatot tehet a gyakran meglehetősen ellenálló tészták nyújtásában. Az omlós vajas tésztákhoz remekül beválik a sima sodrófa is, de a görgős változat a kifejtett energiát közvetlenül a tésztahoz továbbítja, ami így sima és egyenletes lappá alakítható.

Tésztakaparó

Nagyon hasznos kis eszköz; ha rászánjuk magunkat és beszerzünk egyet, azon fogunk tűnődni, hogy bírtunk eddig megenni nélküle. Segítségével egyszerűbb mozgatni és gyúrni a csirizes tésztát, könnyebben oszthatjuk darabokra, az élével szép mintát rajzolhatunk a cipóra, és a munkalapot is könnyű tisztítani vele. Olyat vászunk, ami nehéz fémről készült, jó éles sarkai vannak és kényelmes a fogása. Ha a higiéniai szempontok a legfontosabbak, használjuk fogó nélküli, csupasz fémről készült darabot.

Tipp: Ha sikerült alaposan összekenni a munkalapot az egyik különösen nedves tészta gyúrása közben, úgy tisztíthatjuk meg legegyszerűbben, ha szivacsnyi vizet facsarunk rá, és azt egyenletesen eloszlatjuk a tenyerünkkel. Nagyjából 10 percig ázni hagyjuk, vagy míg a tészta maradéka jó laza lesz, aztán szépen lehúzzuk az egészet a tésztakaparóval, és szivaccsal tisztára töröljük.

Egyélű penge

Művészellátó boltokban kapható, a kenyér felületének bemetszésére és mutatós rajzolatok készítésére használhatjuk.

Növénypermetező és kerti permetezőpisztoly

Ha növénypermetezővel benedvesítjük a tészta felületét sütés előtt, kissé fényes, szépen felnyílt kenyérhéj lesz az eredmény. Permetezőpisztollyal még teltebb csillogást érhetünk el.

Kelesztőkosár, más néven „banneton”

A fonott fűzfavessző kosár feladata, hogy segítsen megtartani a tészta formáját kelés közben. Némelyik kosár durva vászonnal van bélelve, ugyanolyannal, amilyenből a lenruhák készülnek, de némelyik béleletlen, így mintázatot hagy a kenyér felületén. A francia és német kosarak nagyon drágák, ezért nyugodtan hagyhatjuk utoljára a kelesztőkosár beszerzését, de vásárlás helyett akár készíthetünk magunknak sajátot is. Ha kerek cipót készítünk, béleljünk ki egy kosarat vagy szűrőedényt belisztezett konyharuhával, vagy ami még jobb, egy darab lenruhának való anyaggal; hosszúkás kenyérhez elég maga a lenruha. A Della Fattoria pékje, Kathleen Weber vendéglátó-ipari eszközöket árusító boltokban kapható műanyag tálalótálat használ (olyat, amilyenben a tortilla chipset találják a mexikói éttermekben), és esküszik rá, hogy ezek éppoly tapadásmentesek, mint a külföldi kosarak, ráadásul tisztán tartani is könnyebb. Ő bélés nélkül használja a tálakat.

Lenruha (couche)

A „couche” szó jelentése a franciában „réteg” (illetve „mintás vászon”, de nem ebben az esetben), és arra a nehéz, durva szövésű vászonruhára utal, amivel megtámasztották a különálló kenyérféléket, például a zsemleket és a baguette-eket kelesztés közben. A gyapjából készült konyharuhákkal és a zsákvászonnal ellentétben ehhez az anyaghoz nem tapad hozzá a tészta, még akkor sem, ha nincs belisztezve, mert a szövet felszívja a nedvességet a tészta felszínéről, ami így vékony, rugalmas réteget képez, és nem lesz kérges. Merevségének köszönhetően megtámasztja a szétterülő tésztát. A kendő nem szorul különösebb ápolásra, elegendő, ha alaposan kirázzuk minden sütés után, és kitergetjük, hogy teljesen megszáradjon. (Nem hiszem, hogy a pékségekben ezeket valaha is kimossák vagy lecserélik.) Vethetünk ugyanolyan ruhát, mint amelyet a hivatásos pékek is használnak (lásd *Források*, 234. oldal), vagy durva vásznat egy textiltoltban, ami ugyan szintén tapadásmentes, de nincs olyan súlya, mint a profi lenruhának.

Péklapát

Hobbipékként is vehetünk rövid nyelű péklapátot a móka kedvéért, hogy a megkelt tésztát azzal tegyük a sütőkőre, de bármilyen lapos, könnyű és sima felületű sütőlap is beválik. Az első osztályú konyhaeszközöket kínáló katalógusok méregdrága lapátjai helyett próbálkozzunk a konyhai eszközöket árusító boltokban kapható üveggyapotból készült pizzalapátokkal.

FÁBÓL KÉSZÜLT FORDÍTÓDESZKA



Aki gyakran süt baguette-et, biztos szívesen kipróbálja ezt a vékony, könnyű, keskeny deszkalapot, amely segítségével a megkelt baguette-et kifordíthatjuk a lenruhából, át a péklapátra, ahol kiegyenesítgetjük. A hivatásos pékek egy darab harisnyával szokták bevonni a deszkát, elkerülendő, hogy a tészta ráragadjon (lásd *Források*, 234. oldal).

Néhány szó a kenyérsütő gépekről

Némelyik receptet kipróbáltam Zojirushi márkájú kenyérsütő géppel is, melyet maga a cég bocsátott rendelkezésemre. Remek segítségnek bizonyult a tészta keverésében és a kelesztésben, de ugyanakkor fölösleges is, mert kicsi az űrtartalma. Rájöttem, hogyan állíthatom be a gépet úgy, hogy a szükséges ideig keverje a tésztát, és utána leálljon – ez igencsak kényelmes megoldás. Közben, ha szükséges volt, kivettem a tésztát megfordítani, aztán megformáltam, és a sütőmben sütöttem meg. Mivel a könyvben minden kenyér kézzel formált, soha nem a gépben fejeztem be a sütést. Éppen ezért én nem vennék kenyérsütő gépet, de ha csökkentjük a mennyiséget a gép kapacitásának megfelelően, jól lehet használni.

TECHNIKÁK

Az itt leírt technikák részben a profik módszerei, amelyeket kifejezetten a péküzemekben vagy tanfolyamokon lehet elsajátítani, részben olyan módosítások és trükkök, amelyek alkalmazásával a lehető legjobb kenyeret süthetjük. A legjobb tanács, amit adhatok, csupán annyi: figyeljünk oda a sütésre, és próbáljunk emlékezni minden apróságra, amit az egyes lépéseknél teszünk. Jegyzeteljünk. Később, amikor értékeljük a kenyeret, hozzuk összefüggésbe az eredményt a készítési eljárással. A tészta mindenre emlékszik, bármi, amit teszünk vele, megmutatkozik a kész kenyérben. A kenyérsütés esetében különösen igaz a mondás, miszerint az ördög a részletekben lakozik.

A hozzávalók mérése

Rendületlenül kitartok korábbi tanácsom mellett: jobb lemérni a hozzávalókat, mert így biztosak lehetünk abban, hogy mindenből megfelelő mennyiséget használunk. A liszt esetében különösen fontos a mérés, ugyanígy akkor is, ha nem asztali sőt használunk. A mérés nemcsak pontosabb, hanem egyszerűbb, tisztább és gyorsabb is, főleg, ha nagyobb adagokat sütünk.

Mindazonáltal ha mégis térfogat alapján szeretnénk adagolni a hozzávalókat, nem árt tudni, hogy a megadott mennyiségeket a „merít és söpör” módszert alapul véve kell értelmezni. Ehhez kimerjük a hozzávalót a használt csészével* vagy kanállal, de úgy, hogy púposodjon, majd fémspatulával vagy egy kés lapjával lesöpörjük a felesleget. Ha lisztet mérünk, nem jó, ha megkeverjük, vagy belekanalazzuk a mérőedénybe; így ugyanis kevesebbet fogunk kapni a szükségesnél.

Az adag növelése, csökkentése

Majdnem minden recept esetében arra alapoztam az adag nagyságát, hogy mennyi tészta fér be kényelmesen egy átlagos házi sütőbe. Persze az adagok növelhetők vagy csökkenthetők, ha kétszerezünk, háromszorozzuk, felezzük a hozzávalók előírt mennyiségét, (lásd még *A százalékos számítás alkalmazása az adag megváltoztatásában*, 18. oldal)

Pihentetés

Némelyik tésztát keverés közben félre kell tenni pihentetni, hogy az erjedés beinduljon. Miután a lisztet összegyúrtuk a vízzel, a tésztakezdeményt folpackkal letakarva legalább 15 percig (néha akár egy óráig is) állni hagyjuk. A pihentetés után hozzáadjuk a sót, az élesztőt, az élesztős előtésztát és az összes további hozzávalót, majd befejezzük a dagasztást.

Élesztős előtészta készítése

A kovásznak is nevezett élesztős előtészta amolyan félkész tészta, amelyet liszt, víz, élesztő és néha só felhasznál-



Darabos, göröngyös felületű tészta az autolízis előtt



A tészta autolízis után sima és rugalmas

nálásával készítünk. A hozzávalókat gyorsan összekeverjük és erjedni hagyjuk, gyakran akár egy egész éjszakán át, a valódi tészta elkészítése előtt (lásd 113–119. oldal).

* 1 csésze = 2,5 dl

AUTOLIZÁLÁS, MÁS NÉVEN PIHENTETÉS

Az „autolizálás” vagy „autolízis” kifejezés használatát Raymond Calvel professzor, a nagyra becsült francia pékoktató vezette be a szakmába, és egy általa kitalált, kissé furcsa, de rendkívül hatásos technikát kell érteni alatta. A pihentetés alatt a liszt teljesen megszívja magát nedvességgel, a benne lévő glutén pedig magától átalakul. Mindez annak köszönhető, hogy az egyéb hozzávalók hiányoznak a tésztából. A friss élesztő ugyanis elkezdene erjeszteni és savasítani a tésztát (bár a legfeljebb 30 percig tartó pihentetés alatt porélesztőt is keverünk hozzá, hogy gyorsítsuk az egyébként lassú kelést); a só megkeményítené a glutént, így hátráltatva annak átalakulását és vízfelszívását; az élesztős előtészta (lásd 113–119. oldal) pedig úgyszintén savassá tenné a tésztát. Így, hogy a liszt több vizet szív magába, és benne a siker jobban átalakul, lerövidül a keverési idő, a tészta könnyebben nyújtható (vagyis kevésbé szakadozik formálás közben), végül pedig krémesebb színű, illatosabb és édesbúza-ízű kenyérből az eredmény.

Az autolizálás után az egykor göröngyös felületű tészta sima lesz, és sokkal jobban lehet nyújtani. Ekkor adjuk hozzá a sót, a friss élesztőt és az élesztős előtésztát, majd folytatjuk a tészta keverését. Furcsának tűnhet, hogy közvetlenül a tésztához adjuk a sót, de ha finom szemcsés fajtát használunk, gyorsan fel fog szívódni. Ha kézzel dagasztjuk a tésztát, érezhetjük is, ahogy az a só felszívódásával párhuzamosan kemé-

nyedik és szárad a tenyerünk alatt. (Gyakran használók Diamond kóser sót, de soha nem volt gond a felszívódásával.)

Íme a tudományos magyarázata annak, mi történik autolizálás alatt: Az „autolízis” szó jelentése „önbomlasztás”, utalva a proteolitikus – vagyis fehérjebontó – enzimekre, amelyek Calvel professzor elképzelése szerint segítenek felbontani a glutént a pihentetés alatt. Bár ellentmondásnak tűnhet, hogy a glutén bomlását akarjuk előidézni, amikor arra van szükség, hogy átalakuljon, de valójában ez a tésztakészítés első lépése. Amikor a glutén először rendeződik el, egyenetlenül halmozódnak egymásra a részecskék. A keverés során a glutén szétválik, majd újra összekapcsolódik egy jóval egységesebb szerkezetben. Az autolízis ezt a lépést segíti elő, anélkül, hogy külső eszközökkel megváltoztatnánk a tésztát. A savképző hozzávalók, mint az élesztős előtészta és friss élesztő azért kerülendők, mert a fehérjebontó enzimek hatékonyabban működnek semlegesebb pH-értékű környezetben.

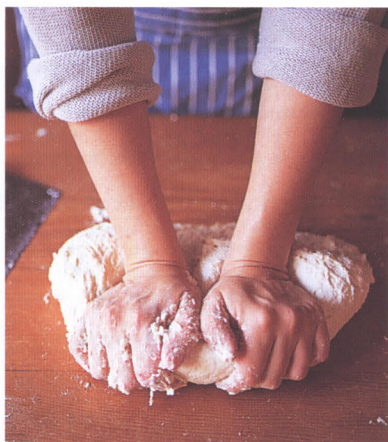
A kenyér azért is lesz szebb színű és ízletesebb, mert a tésztát kevesebbet keverjük, így kevesebb levegő, ezzel együtt pedig kevesebb oxigén jut bele. Az oxigénről úgy tartják, hogy oxidálja a liszt telítetlen zsírsait és kifehériti sárga pigmentjeit. A zsír az E-vitamin és az íz fontos forrása. Ha oxidálódik, tönkremegy az E-vitamin, és a kenyér íze is kellemetlenül megváltozik.

Keverés és dagasztás

A „keverés” a dagasztásra használatos szakmai kifejezés, és nem igazán tekinthető külön lépésnek, bár a házi pékek szóhasználatában a kenyér hozzávalóit először „összekeverjük”, és utána dagasztjuk.

Keverés kézzel Sokan csak a dagasztás, eme békés és termékeny tevékenység kedvéért vállalkoznak a sütésre. Legjobb, ha olyan, könnyen tisztítható felületen dagasztjuk a kenyeret, ami egy magasságban van a tenyerünkkel, ha kinyújtva lógatjuk a karunkat magunk mellett. A munkapultok általában megfelelnek, de többségünknek kicsit magasak, míg az asztalok általában túl alacsonyak, így fölérjük kell görnyednünk, amivel megerőltetjük a derekunkat.

Ha hagyományos módon szeretnénk dagasztani a kenyeret, *ne használjunk plusz lisztet*; inkább fogjunk egy tésztakaparót vagy fémből készült spatulát, és annak segítségével mozgassuk a tésztát. (A hozzáadott liszt bevonatot képez a tésztán, így nem érezzük megfelelően annak textúráját és állagát, ráadásul meg is keményíti a felszínét.) Borítsuk ki a tésztát a munkalapra. Hajtsuk az egyik végét a közepébe – ha kell, használjunk tésztakaparót a manőverhez –, és a tenyerünk alsó élével nyomjuk bele. Ismét hívjuk segítségül a kaparót, ha kell; negyed fordulattal fordítsuk el a tésztát, és újból hajtsuk félbe, majd nyomjuk össze. Folytassuk addig a tészta hajtogatását, nyomkodását és forgatását, míg teljesen sima és fényes nem lesz.

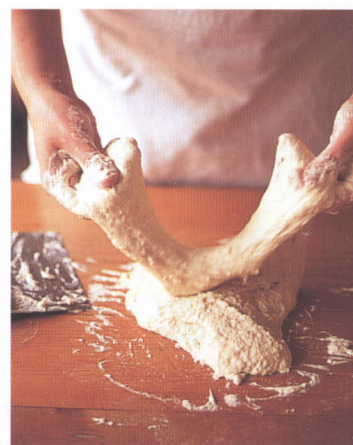


Hagyományos dagasztás. Balra: hajtsuk be a tésztát a közepéig. Jobbra: nyomjuk össze a szélét.

EGY FRANCIA DAGASZTÁSI TECHNIKA

A tapasztalt pékek biztosan szívesen ismerkednek meg egy új módszerrel, ami a lágy tészták dagasztásához használható (a nagyon tömör tésztáknál nem működik). Nekem Lionel Vatinet francia pékmester mutatta meg, aki korábban a San Francisco-i Sütőipari Intézetben is tanított, ma pedig a La Farm Pékség társtulajdonosa az észak-karolinai Caryben. A módszert Linonel inasévei alatt tanulta, amikor gyakran kellett hatalmas tésztadagokat kézzel dagasztania. Némi gyakorlat szükséges az elsajátításához, nem kezdőknek való technika, de rendkívül hatékony (és szórakoztató) módja a tésztadagasztásnak. Ha egyszer sikerül megtanulnunk, még a nagy tésztadagokat is sokkal gyorsabban és alaposan fogjuk tudni megdolgozni így, mint a hagyományos módszerrel.

Borítsuk ki a tésztát a munkalapra, de ezúttal se szórjuk meg liszttel. Fogjuk meg a hozzánk közelebb eső végét, és két kézzel markolva vájjunk bele két szemben álló lyukat a hüvely- és mutatóujjainkkal. Gyors, pöckölő mozdulattal engedjük el a tésztát, és feljebb újra megmarkolva vájjunk bele két újabb lyukat. Ha gyorsan engedjük el a tésztát, nem fog a kezünkhöz tapadni, de ez a módszer legnehezebben megtanulható része.



Lionel módszere. Balra: a tészta kilyukasztása a hüvely- és mutatóujjakkal. Jobbra: hajtsuk a tészta közelebbi végét a távolabbira, hogy így sima felületet kapjunk.

Haladjunk felfelé a tésztán, kilyukasztgatva egészen a végéig. (Kénytelenek leszünk megállapítani, hogy ez a technika karizomedzésnek sem utolsó.) Most fogjuk meg két kézzel a tészta hozzánk közelebb eső végét, a távolabbi felét pedig csapjuk a munkalaphoz. A közelebbi végét hajtsuk rá a távolabbira, hogy így a (remélhetőleg) sima felület kerüljön felülre. Addig csapdossuk és hajtogassuk a tésztát, míg a felülete ismét sima nem lesz. Újból lyukasszuk végig a tésztát a korábban leírt módon. Addig

ismételjük a lyukasztatást és csapkodást, míg a tészta nagyon sima és erős nem lesz. (Furcsának tűnhet, de azzal, hogy nyomogatjuk a tésztát, tulajdonképpen gyúrjuk is. A csapkodás csak azért kell, hogy sima felületet kapjunk.)

Keverés nagy űrtartalmú konyhai robotgépben A nagy űrtartalmú (legalább 18 cm átmérőjű keverőtálal felszerelt) konyhai robotgépek rendkívül alkalmasak a kemény, illetve kissé lágy tészták keverésére; hátrányuk, hogy nem lehet tetszőleges adagot keverni velük. Ha a robotgépünk méretéhez képest túl nagy adagot tervezzünk készíteni, összekeverhetjük a hozzávalókat egy külön tálban, hogy aztán apránként dolgozzuk össze a géppel a tésztát. Acélként szereljünk a gépre, ne műanyagot (ami elvileg a tésztához való, de valójában nem sokat ér).

A robotgépekben a tészta könnyen túlmelegedhet keverés közben (köszönhetően a keverőtálban nagy sebességgel pörgő tészta súrlódásának), ilyenkor felforrósodik, és nyúlós lesz. Az ilyen tészta egyszerűen csak forró, ritkán túldagasztott – ahogy azt más gasztronómiai írók képzelik –, és amint kihűl, gyorsan meg fog keményedni. (Amíg nem melegszik 45 °C fölé, ami már tényleg forrónak számít, nem eshet olyan komoly baja, amit ne lehetne helyrehozni.) Elkerülhetjük a túlmelegedést, ugyanakkor a tésztát mégis alaposan megdolgozzuk, ha egyszerre csak rövid ideig keverjük, majd kivesszük a tálból, és kézzel dagasztjuk tovább a munkalapon, egészen addig, míg ki nem hűl és meg nem keményedik. Ezután folytatjuk a gépi keverést, majd ismét a kézi következik, és így tovább. A folyamat meglehetősen fárasztónak tűnhet, de még mindig gyorsabb így, mintha végig kézzel vagy kétkaros álló robotgéppel dagasztanánk.

A nagyon nedves tészták befolynak a penge tengelyhüvelyébe, és eltömítik, még mielőtt a tészta elkészülne, ezért nem ajánlatos robotgépben keverni őket. Tipp: Ha mégis így járnánk, vegyük ki a tésztát (nem lesz egyszerű), a tálat azonnal töltjük meg ecettel, és fémnyárssal kaparjuk körbe a kést, eltávolítva így a lerakódást. Nagyjából 30 percig hagyjuk az ecetet a tálban, aztán meleg vízzel öblítsük ki.

Keverés álló mixerrel Majdnem minden recept tartalmaz külön az álló mixerekre vonatkozó instrukciókat, ezért itt nem bocsátkozom részletekbe. A saját KitchenAid KSM5 típusú géppemmel probléma nélkül boldogultam mindegyik recepttel, de segítöm, Rita Yeazel a maga kisebb KitchenAid gépén néhány esetben azt tapasztalta, hogy az eszköz túlságosan rázkódik.

Segíthet, ha nedves konyharuhára helyezzük a masinát, ahogy az is, ha fölé hajolva rátámaszkodunk, ezáltal rögzítjük. Általában a dagasztókar megfelelő a keveréshez, de nem mindig szedi össze az egész mennyiséget. Ilyenkor használjuk a keverőlapátot, és állítsuk magasabb sebességre a gépet, hogy a tészta leváljon a lapátról, és ne rátapadva pörögjön körbe-körbe.

GLUTÉNABLAK



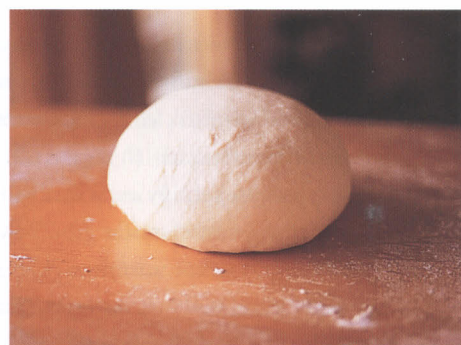
Honnan tudhatjuk, hogy kellőképpen megkelt-e a tésztánk? Sok profinak elég csak ránéznie, hogy választ kapjon a kérdésre, de mások fognak egy darabot, és ablakot csinálnak rá. Ehhez kell egy kisebb maroknyi tészta, amit az ujjaink közt kifeszítünk. Ha széles csíkokra foszlik, még alig, ha göröngyös és könnyen szakad, közepesen kelt meg. Ha azonban sima a felülete, és nem szakad, a tészta alaposan megkelt, és áttetsző hártya formálható belőle. Minden kelt tésztának ilyennek kell lennie. De a jól megkelt tésztához nem elég önmagában a keverés, mivel minél tovább keverjük, annál több oxigén épül bele, ami kifehéríti a lisztet, és elveszi a gabona ízét. Sok pék csak addig dagasztja a tésztát, amíg az kicsit megkel, aztán félreteszi, és néhányszor megfordítva hagyja teljesen megerjedni (lásd 28. oldal).



Nagyon lágy tészta



Lágy tészta



Kemény tészta

A TÉSZTA ÁLLAGÁNAK SZABÁLYOZÁSA

A tészta kinézete és szerkezete mindent elárul, amit az állagáról tudnunk kell. A **kemény tésztának** magas, hetyke halomban kell megülnie, nem ragadhat a munkalaphoz, de össze kell tapadnia, ha félbehajtuk. A **lágy tészta** alacsonyabb kupacban terül szét, hozzáragad a kezünkhöz, és félbehajtvá összetapad. A **nagyon lágy tészta** lapos lepénnyé folyik szét, és nagyon ragadós.

Több tényező is szerepet játszhat abban, ha a kész tésztánk valamiben eltér a fent leírtaktól. A liszt veszít a nedvességéből, ahogy öregszik, így a régebbi, vagy meleg helyen tárolt liszt több vizet szív magába, ezért keményebb tészta lesz belőle. Ha pontatlanul mérjük meg a hozzávalókat (lásd *A hozzávalók mérése*, 23. oldal), lehet, hogy a tészta állaga is más lesz. A hobbipékek gyakran túl kemény tésztát készítenek, de ezen általában könnyen segíthetünk azzal, ha hozzágyúrunk egy vagy két evőkanál vizet.

Az alaposabban eldolgozott, vagyis hosszabb ideig vagy intenzívebben kevert tészták mindig szárazabbak, még ha az elején sok folyadékot is keverünk hozzájuk. Ha a tészta túl nedvesnek vagy ragadósnak tűnik, még több liszt hozzáadása helyett inkább dagasszuk tovább, vagy a kelesztés közben fordítsuk meg néhányszor (lásd 28. oldal).

Hogy jobban meg tudjuk ítélni a tészta állagát, jegyezzük meg, milyen érzetet kelt a tészta a dagasztás végén, és hasonlítsuk össze a kész kenyér állagával. Ha a kenyérből tömören szemcsés, és kis lyukacsok vannak benne, maga a kenyér pedig magasra nőtt, biztosak lehetünk benne, hogy száraz volt a tészta; legközelebb több vizet kell használnunk. Ellenben ha a kenyér lapos és szétterül, a rajta ejtett bemetszések alig nyíltak ki és sekélyek, a lyukacsok fala pedig vastag, a tészta nem kelt meg eléggé; legközelebb hagyjuk rendesen megkelni, és kelesztés alatt fordítsuk meg a szokásosnál többször.

A megformázott tészta hűtése vagy tárolása későbbi sütésig

Néha az ember kifut az időből, elfogy az energiája, vagy nem képes kellőképpen odafigyelni, ezért félbe kell hagynia a sütést egy időre. Ez könnyen megoldható, ha formázás után deszkára, tepsibe, kosárba vagy lenruhába helyezzük a tésztát, és rögtön a hűtőbe tesszük. Az éppen hogy csak megformált tésztát óvatosan folpackba burkoljuk, nehogy megkérgesedjen, és így tesszük a hűtőbe legfeljebb 12 órára. Amint folytatni tudjuk a sütést, kivesszük a tésztát a hűtőből, és adunk neki egy-két órát, hogy szoba-hőmérsékletűre melegedjen fel. Ezután megkenjük a kenyeret, és megsütjük, ahogy szoktuk.

Ezt azért tehetjük meg, mert a hidegben az enzimek aktivitása igencsak lecsökken, így a tészta nagyon lassan erjed. Ugyanakkor hűlés közben a tészta eléri és elhagyja a 10-15 °C-os hőmérsékletet, ami ideális az ecetsav termelődéséhez. Így a lehűtött tésztának savanyúbb lesz az íze, mint annak, ami szobahőmérsékleten kelt, és gyakran a héján is több a hólyag. Az erőteljesebb savasság jót tesz némelyik kenyérnek, és árt más fajtának (különösen a kovászos tészták lesznek tőle elviselhetetlenül savanyúak).

Fermentáció – Kelesztés

A „fermentáció” szakkifejezés arra a folyamatra utal, amit az otthon sütők többsége „első kelesztésnek” hív. A profik azért használják a „fermentálódás” kifejezést, hogy megkülönböztessék az előbbi kelési szakaszt a formázás utánitól, amit a hobbipékek „második kelesztésnek”, a profik pedig „proofingnak” hívnak.

A tésztát 0 °C és 40 °C között bármilyen hőmérsékleten lehet erjeszteni. Alacsonyabb hőmérsékleten az erjedés hihetetlenül lassú, és túl sok ecetsav szabadul fel a tésztában, így savanyú ízt kap a kenyér. Nagyon ma-

gas hőmérsékleten a tészta túl gyorsan erjed, és mellékíze lesz. A könyvben szereplő összes receptet nagyjából 24 °C-on készítettük el – ez különösen jól bevált a kovászalapú kenyereknél (úgy alakult, hogy nyáron teszteltük a recepteket, így ez volt a külső hőmérséklet is). Az erjesztést és a kelesztést 22-29 °C-on a legjobb végezni. Télen, amikor a hőmérséklet sok lakásban állandóan 20 °C körül van, az erjesztéshez és kelesztéshez melegebb helyet kell találnunk, ha be akarjuk tartani a receptben leírt időtartamokat. Ilyen kellemesen meleg hely lehet a zárt sütő, benne egy fazék forró, de nem lobogó vízzel. Az alacsony fokozatra állított, konyharuhákba burkolt elektromos melegítőpárna is megoldás, de olyat is hallottam, hogy valaki a bojleren erjeszti a tésztát, bár magam sosem próbáltam. Erjeszthetjük a tésztát alacsonyabb hőmérsékleten is; ugyanúgy megerjed majd, csak a receptben írtól lassabban, a kovászalapú tészták pedig különösen lomhán mozdulnak.

Addig kell erjedni hagyni a tésztát, míg eredeti méretének nagyjából kétszeresére dagad, tele van szén-dioxid, és rugalmas, *nem* pedig addig, amikor már majdnem összeesik.

Elég rugalmasnak kell lennie ahhoz, hogy levegős szerkezetét a formálás alatt is megtartsa. Inkább hagyjuk kevesebb ideig erjedni, mint hogy túlerjesztett legyen.

Hajtogatás

A profik által előnyben részesített kifejezésen ugyanazt kell érteni, mint a „tészta leeresztésén”. Nem csak a tészta levegőtlenítése a cél, hanem a siker érzésének elősegítése is a tészta hajtogatása által. A hivatásos pékek azért hajtogatják a tésztát, hogy így a lehető legkevesebb ideig kelljen dagasztani, de ugyanakkor mégis rendszeren megérjen a siker benne. (Ha sokáig dagasztjuk a

kenyeret, a liszt színe kifehéredik és az íze is romlik, (lásd *Autolizálás*, 24. oldal.)

A tésztát legfeljebb ötször szabad hajtogatni az erjesztés alatt, de vegyük figyelembe, hogy legalább 15 percet kell pihennie két hajtogatás között, és nagyjából 30 percet az utolsó után, hogy kész legyen a formázásra.

A tésztát és a munkalapot beszorjuk némi liszttel, aztán kikaparjuk a halmot a kelesztőedényből, és áttesszük a belisztezett munkafelületre. A tésztát újból megszórjuk liszttel, majd óvatosan kinyújtjuk, ügyelve, hogy ne eresszük ki a levegőt belőle. Szoros batyut hajtogatunk belőle, először a bal, majd a felső, a jobb, és végül az alsó szélét hajtva a közepére. Megfordítjuk a csomagot, hogy a sima fele nézzen fölfelé, és ha még mindig lazának tűnik, újból félbehajtogatjuk. Sima felével fölfelé visszatesszük a kelesztőedénybe, és szorosan letakarjuk.

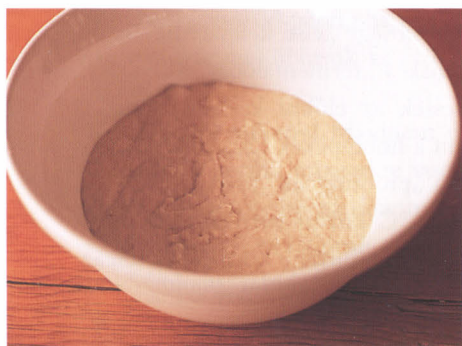
A munkalap lisztezése

Úgy lisztezhetünk az igazi profikhoz hasonlóan, hogy fogunk belőle egy marokkal, és mintha kövekkel kacsáznánk a víztükrön, kinyújtjuk a mutatóujjunkat, és vízszintesen szórjuk a lisztet a felületre. A cél, hogy nagyon könnyű, egyenletes lisztfátyol keletkezzen, olyan, amilyennek a hivatásos pékek fedik be még a nagyobb felületeket is.

A tészta felosztása

A tésztát a kaparókés sarkával tudjuk megfelelő súlyú darabokra osztani. A gyakorlottabb pékek ezt úgy csinálják, hogy először szemmértékre egyforma darabokra vagdoszák a tésztát (gyakorlat teszi a mestert), így nem kell a tésztát apróra darabolni, és azzal tönkretenni a szerkezetét, aztán kétkarú mérlegen ellenőrzik a súlyukat (a serpenyő esésének sebessége alapján).

Balról jobbra: Teljesen átgúrt, erjesztéshez előkészített nagyon lágy tészta; a tészta leeresztése négyszögű hajtogatással; a tömörebb, simább tészta hajtogatás után



Otthon csak a hozzám hasonló maximalistáknak kell lemérnie egyenként a tészta darabokat. A zsemlek viszont sokkal jobban néznek ki, ha egyforma nagyságúak (és súlyúak).

Gömbölyítés és pihentetés

Miután felosztottuk a tésztát, az egyes darabokat le kell gömbölyíteni, hogy így sima, száraz kérgük keletkezzen, ami megakadályozza, hogy a gázok elillanjanak, és előkészíti a tésztát a formázásra. A tésztahalmot úgy fordítjuk, hogy a kérges (a száraz, sima) oldala nézzen felfelé, a maradék darabkákat pedig alátuszkoljuk. A kezünkkel hajlítjuk, nyújtjuk a tészta darabot, aláfördítjük a durvább széleket, hogy így sima, enyhén feszes kéreg vegye körül mindenütt. A későbbi kerek cipóvá alakított tészta maradhat így, de amelyikből hosszúkás vekni lesz, azt vaskos rúddá kell formálni úgy, hogy benyomjuk az egyik oldalát. Gömbölyítés után 15-30 percig pihentünk minden tészta darabot, hogy elteljenek szén-dioxiddal, meglágyuljanak és rugalmassá váljanak. A pékségekben ez a lépés gyakran fel sem tűnik, mivel mire a pék végez az utolsó darab méretezésével és legömbölyítésével, az első darabok már éppen eleget pihentek. De otthon kénytelenek leszünk erőt venni magunkon, hogy elég időt hagyjunk a tésztának, különben szakadozni fog formálás közben.

Formálás

A kézműves kenyerek formálásához nagy rutin kell, amit csak a gyakorlás hozhat meg. Az általam ismert legjobb pékek közül néhányan már akkor úgy gondolják, hogy kijöttek a gyakorlatból, ha egy napot sütés nélkül töltenek. De nem kell megijedni, ha a kenyérünk nem is néz ki olyan jól, mint a fotón, pontosan ugyanolyan finom lesz.

Minden receptben leírom, hogyan kell megformázni a kenyeret. A 46-47. oldalakon ráadásul különböző alakú franciakenyerek formálásához is nyújtok útmutatást.

A lenruha elrendezése zsemle, baguette vagy bâtard készítéséhez

Használjunk magas szélű tálcát vagy nagy tepsi alapot, így könnyebben mozgathatjuk a kelő kenyeret. Az egyik oldalán feltekerjük a ruhát, valamelyik oldalon meghagyva a szegélyt. Baguette-et, bâtard-t (rövidebb és vastagabb baguette) vagy egy sor zsemlet teszünk a hajtás mellé, és a ruha szabadon hagyott szélén

kétszer akkora hajtást emelünk, mint a tészta magassága. Ez a hullám fogja elválasztani a völgyekben álló tészta darabokat a szomszédaitól egészen a kelesztés befejezéséig, ráadásul megakadályozza, hogy később a folpack bárhol a tésztához érjen. Addig folytatjuk a rakosgatást és hajtogatást, míg elfogy a tészta, aztán feltekerjük az anyag végét. A széleken a tálca vagy tepsi falának kell megtámasztania a lenruhát, nehogy szétgöngyölödjön. Folpackkal lefedjük a ruhát és a kenyereket, aztán meleg helyre tesszük, hadd keljen.

Kelesztés

A pékek gyakran kelesztik a tésztát egyfajta „késleltetett kelesztőben”, ami úgy néz ki, mint egy nagy, számítógép-vezérlésű hűtőgép; ebben először lehűtik a tésztát, hogy lassabban keljen, majd a sütés közeledtével lassan felmelegítik. A hosszú, hideg kelesztés miatt sok sav keletkezik a tésztában, ezért nagy hólyagok formálódnak a héjon, amit többnyire szépséghibának tartanak. Otthon viszont a kenyérfélék többségét jobb meleg helyen keleszteni, lehetőleg 24-29 °C körüli hőmérsékleten.

A kezdők számára a kelés előrehaladottságának megítélése nehézséget szokott okozni. Általánosságban elmondható, hogy a rövid ideig kelesztett tészta jobban megnő sütéskor, és a metszések is jobban kinyílnak rajta, mint a sokáig kelesztett tésztán. Mivel nem szeretnénk, hogy a tészta látványosan megnőjön, vagy túl tömör maradjon ahhoz, hogy szétnyíljon, fontos, hogy éppen megfelelő ideig kelesszük. A keletlen tésztánál sokkal rosszabb a túlkelt. Előfordulhat, hogy ilyenkor a tészta nem esik össze a sütőben, alig nyílik szét a bemetszéseknél, ha szétnyílik egyáltalán, és a túlzott erjedés miatt furcsa íze lesz.

Érdeemes „nyomáspróbának” alávetni a tésztát, illetve a látvány alapján is ellenőrizni a kelés folyamatát. A próba előtt könnyedén lisztezzük be a mutatóujjunkat, aztán finoman bökjük meg a tésztát. Ha épp most formáltuk meg, a mélyedésnek azonnal vissza kell töltődnie. Minél keltebb a tészta, annál lassabban fog eltűnni a mélyedés. Nem túl tömörre formált tésztát jobb kevesebb ideig keleszteni, ha azt szeretnénk, hogy a sütőben keljen fel magasra. Ebben az esetben akkor tekinthetjük befejezettnek a kelesztést, ha ránézésre szépen megemelkedett a tészta, de még meglehetősen gyorsan kismul a fala nyomás után. Ha nagyon pontosan formáltuk meg a tésztát, jobb, ha tovább hagyjuk kelni. Akkor kész

a sütésre, amikor már jócskán megkelt, és az ujjunk által okozott mélyedés alig akar visszatöltődni.

A kenyér eltávolítása a kelesztőkosárból

A tészta, különösen a régóta kelő kovászos tészta hajlamos megmakacsolni magát, amikor ki akarjuk venni a kelesztőkosárból. Ha a kosár ki van bélelve vászonnal, a tészta el fog válni az anyagtól, ha fejjel lefelé tartjuk a kosarat, és óvatosan a tészta és a kosár fala közé fúrjuk az ujjainkat, finoman lökdösve a tésztát. Főleg aggodni, ha egy kevés tészta odaragad, vagy nagyon megnyúlik; igazítsuk vissza a kenyér formáját, amennyire lehet. Ha a kosár konyharuhával vagy pamutanyaggal van bélelve, a tészta eltávolítása jóval nehezebb, ezért fontos, hogy elegendő liszttel szórjuk meg.

Dupla tepszi

Ha dupla tepsiben sütjük a kenyeret, jóval kisebb az esélye annak, hogy megég, különösen magas cukortartalmú tészták esetében hasznos ez a trükk. Jóval költségesebb, de ugyanilyen hatékony megoldás, ha szigetelt tepsit használunk.

A kenyér permetezése

Minden amatőr pék álma, hogy gőzt varázsoljon a sütőjébe. A gőz késlelteti a külső réteg megkeményedését, a tészta tökéletesen meg tud emelkedni, miközben a keményítő megkocsonyásodik a felszínén, így vékony és fényes lesz a héj. Ehhez megfelelő nyomású gőz szükséges, aminek előállítása otthon nem lehetséges. Itt jegyezném meg, hogy az olyan régimódi téglakemencékben, amiben nekem is alkalmam nyílt sütni Auvergne hegyei közt, a kenyér héja matt lesz, nem csillogó – ilyen a valódi parasztkenyér.

Legegyszerűbben úgy érhetjük el, hogy a kenyérünk csillogjon, de szépen ki is nyíljon a héja, ha bepermetezzük vagy bekenjük vízzel közvetlenül azelőtt, hogy a péklapátról a forró sütőkőre kerülne. Ha egyszer már a sütőben van, teljesen felesleges újra bepermetezni, ráadásul hő is szökik ki a sütőtérből (legalább 10 °C minden egyes ajtónyitásnál).

Gőzkeltés kerti permetezőpisztollyal

Lynne Sawicki atlantai pék – aki szintén segítségemre volt a receptek kipróbálásában – jött rá, hogy a műkedvelő módszerek közül a kerti permetezőpisztoly hasz-

nálata tölti meg leginkább gőzzel a sütőt. Közvetlenül azelőtt, hogy a kenyeret a sütőbe tennénk, résnyire nyitjuk az ajtaját (hogy minél kevesebb hő szökjön el), bedugjuk a szórófejet, és vízpermetet pumpálunk a sütőbe nagyjából 30 másodpercig, vagy míg annyira megtelek gőzzel, hogy az már kifelé szivárog.

Bemetszés

A kenyeret gyakran egyélű pengével metszik be sütés előtt. A vágás nemcsak mutatós, hanem a kenyér teljes és egyenletes megemelkedését is elősegíti, javítja a héj szerkezetét, és biztosítja, hogy a vekni egyenletesen nőjön. A hosszú, keresztirányú metszéseket 30 °C-os szögben tartott pengével ejtik nagyjából 6 mm mélyen, így inkább kis leffentyű keletkezik a héjon, nem mély hasadék a tésztában. Kerek cipókon gyakran függőlegesen tartott pengével ejtik a bemetszést, bár vannak kivételek (lásd a *Della Fattoria puliszkakenyerét*, 130. oldal). Ne kapkodjunk el a bevágósátt; ne akarjunk olyan gyorsak lenni, mint a profik. Ha nem érezzük elég mélynek a hasadékot, metsszük végig még egyszer.

A kenyér ráhelyezése a forró sütőkőre

A megkelt kenyeret péklapát vagy perem nélküli, könnyű vágódeszka segítségével helyezhetjük a forró sütőkőre. Óvatosan rátesszük a megkelt kenyeret az alaposan belisztezett péklapátra, és a forró kőre csúsztatjuk. Ha sütőpapíron kelesztettük, azzal együtt tegyük a sütőbe (a papír nem fog meggyulladni). Sütőkesztyűvel félig kihúzzhatjuk a követ a sütőből, ha úgy kényelmesebb (de így valószínűleg több hő szökik el).

A sütés

A receptekben jelzem, hová kell a sütőrácsot tenni. A legfontosabb, hogy a kenyér alul és fölül is egyenletesen kapjon hőt, így egyenletesen barnul. Általában jó minél feljebb helyezni a kenyeret, az alacsonyabb kenyereket tehát magasabban lehet sütni, mint a magasra kelteket. Egyetlen pirulásnál – végül is mindegyik sütő és sütőkő más és más – magasabb sínre kell tenni a kenyeret, ha az alja sült túl gyorsan, és lejjebb egy sínre, ha a teteje pirul meg hamar. A szabály alól kivétel a tepsiben vagy formában sült kenyér, mert ezeket tapasztalatom szerint mindig jobb a sütő aljára tenni, függetlenül attól, hogy magasak vagy alacsonyak, hogy így biztosítsuk az aljuk barnulását.

A könyvben bemutatott kenyereket elektromos sütőben sütöttem; ha valaki gázsütőt használ, lehet, hogy egy sínnel alacsonyabbra kell tennie a rácsot, hogy egyenletesen süljön a kenyér. A sütés alatt egyszer mindenképpen forgassuk meg a kenyeret, hogy egyenletesen barnuljon. A háztartási sütők hátulja mindig forróbb, némelyiknek még az oldala is.

Ha nagyon különbözik a sütési idő a receptekben leírttól, ellenőrizni kell a hőmérsékletet egy megbízható sütőhőmérővel.

Nem árt tudni, hogy általában a pékek – nemcsak az amatőrök, hanem a profik is – hajlamosak a szükségesnél kicsit kevesebb ideig sütni a kenyeret. Calvel professzor egyszer rám kacsintva azt mondta, hogy a kenyeret lehetetlen túlsütni. Bár kicsit talán túlzott, de van igazság abban, amit mondott. Ha megfelelő hőmérsékletű sütőben, sütőkövön készítjük a kenyeret, szinte lehetetlen túlsütni.

A kenyér ízének jó része a héjában lezajló kémiai reakcióknak köszönhetően jön létre. A sületlen kenyér íztelen lesz, még ha korábban a legjobb élesztős előtésztaival és a legnagyobb szakértelemmel is készítettük. Másfelől viszont az egyszerű tésztán javíthat az intenzív sütés. A kezdő pékek jobban teszik, ha a késznek gondolt kenyeret sütik még 5 percig.

A kenyér hűtése

Hagyjuk rácson kihűlni a kenyeret olyan helyen, ahol jó a légmozgás. Sok gőzt fog kibocsátani, azt pedig nem szeretnénk, ha a kenyéren csapódna le, és emiatt a kenyérhéj elvesztené ropogósságát. Hagyjuk teljesen kihűlni a kenyeret, mielőtt felvágánk.

A kenyér szeletelése

Ha sikerült szép, a metszéseknél felnyílt héjú kenyeret sütnünk, ezt mutassuk is meg – tálaláshoz vágjuk fel a kenyeret, ne csak törjünk belőle.

A kenyér tárolása

A friss kenyeret én csak egy napig tárolom szobahőmérsékleten. Anélkül hogy becsomagolnám, a vágott felével lefelé a kenyérvágó deszkára állítom, és a második, alig használt sütőmbé teszem. A kenyértartó is jó megoldás. A család, akiknél Franciaországban laktam, a napi kenyérüket egy, a konyhaajtóra akasztott muszlinzsákban tárolták, amit az anyuka a piacról visszatérve

minden reggel feltöltött. A legtöbb kenyér szobahőmérsékleten tárolva csak egy napig igazán finom, bár némelyik teljes kiőrlésű kovászos kenyér eláll pár napig. A szobahőmérsékleten egy napnál tovább tárolt kenyeret fenyegető legnagyobb veszély a penész.

Ha hosszabb ideig szeretném tárolni a veknit, nem túl vastag műanyag zacskóba téve a hűtőbe tárolom. A hidegben a kenyér tömörebb lesz, de a pirítóban vagy a sütőben hamar magához tér. Így azonban nem penészedik meg, és biztosan eláll egy hétig.

A fagyaszttóban tárolt kenyér még ennél is tovább, két, akár három hónapig is felhasználható. A legnagyobb veszélyt az jelenti, hogy így átveszi a többi étel vagy a csomagolás szagát, illetve, hogy megárt neki a gyakori hőmérséklet-ingadozás, amit az ajtó sűrű nyitogatása okoz. Először csomagoljuk jó minőségű műanyag zacskóba, aztán egy nagy, zárható műanyag fagyasztózsákba. Néha fel is szeletelem a kenyeret, főleg, ha bialyról vagy szendvicsskenyérrel van szó, így amikor szükséges, csak kiveszek pár szeletet. Tároljuk a kenyeret a fagyasztó hátsó részében, távol az ajtótól.

KENYÉRFÉLÉK KATEGÓRIÁK SZERINT



Pult mögött kiállított kenyerek az Acme Kenyársütő Vállalat boltjában

Kezdőknek való kenyérfélék

- Az Acme zöld fűszeres karéjai 49
- Zsemle fehér búzalisztből 58
- Judy Unruh esküvői cibakzsemléje 65
- A Hi-Rise kukoricás kenyere 76
- A Hi-Rise bostoni barna kenyere 78
- A Gray vékony málépénye molnár módra 80
- A Gemmelli Margherita pizzája 165
- A Kossar bialyja 186
- A Royal Crown édesköményes tarallija 211
- Ben taralli-krékere 214
- Az USA versenycapatának édes tésztája 224
- A Macrina fahéjas majomkenyere 230
- Az Acme fahéjas-mazsolás-diós kenyere 231

Egy nap alatt elkészülő kenyérfélék

- Zsemle fehér búzalisztből 58
- Judy Unruh esküvői cibakzsemléje 65
- A Hi-Rise kukoricás kenyere 76
- A Hi-Rise bostoni barna kenyere 78
- A Gray vékony málépénye molnár módra 80
- A Gemmelli Margherita pizzája 165
- A Sullivan Street krumplis pizzája 168
- A Kossar bialyja 186
- A Dutch Regale mandulás püspökkenyere 198
- A Dutch Regale rumos püspökkenyere 205
- A Royal Crown édesköményes tarallija 211
- Ben taralli sós keksze 214

Ropogós fehérkenyér-félék

- Az Acme rusztikus baguette-je 42
- Craig Ponsford ciabattája 116
- A Tom Cat daraliszt-filonéja 136
- Thom Leonard falusi franciakenyere 145
- A Kossar bialyja 186
- A Royal Crown tortanója 215

Az Essential Columbia kenyere

(Falusi jellegű franciakenyér) 94

A Pearl diós kovászos franciakenyere 107

A Pearl fügés-ánizsos paninije 110

A Della Fattoria rusztikus sült

fokhagymás kenyere 125

A Della Fattoria puliszkás kenyere 130

Thom Leonard falusi franciakenyere 145

Thom Leonard Kalamata olívás kenyere 147

A Dutch Regale magvas kenyere 155

A Dutch Regale finn rozskenyere 158

A Bruno pandorója 176

Édes kenyérfélék

A Hi-Rise bostoni barna kenyere 78

Az Essential édes perrinje (körtés kenyér) 89

A Bruno pandorója 176

Glenn Mitchell kuglófja 193

A Dutch Regale mandulás püspökkenyere 198

A Dutch Regale rumos püspökkenyere 205

Az USA versenycsapatának édes tésztája 224

Az USA versenycsapatának kenyérsüvege 228

A Macrina fahéjas majomkenyere 230

Az Acme fahéjas-mazsolás-diós kenyere 231

Többféle gabonából készülő kenyerek

Zsemle fehér búzalisztből 58

A Hi-Rise kukoricás kenyere 76

A Hi-Rise bostoni barna kenyere 78

A Gray vékony málépénye molnár módra 80

Az Essential édes perrinje (körtés kenyér) 89

Az Essential Kolumbia kenyere

(Falusi jellegű franciakenyér) 94

A Della Fattoria puliszkás kenyere 130

A Dutch Regale kukoricás kenyere 155

A Dutch Regale finn rozskenyere 158

Ízesített kenyerek

Az Acme zöld fűszeres karéjai 49

Az Essential édes perrinje (körtés kenyér) 89

A Pearl diós kovászos franciakenyere 107

A Pearl fügés-ánizsos paninije 110

A Della Fattoria rusztikus sült

fokhagymás kenyere 125

Thom Leonard Kalamata olívás kenyere 147

A Royal Crown édesköményes tarallija 211

Zsemlék és kisebb kenyérfélék

Zsemle az Acme-féle rusztikus baguette

tésztájából 42

Zsemle fehér búzalisztből 58

Judy Unruh esküvői cibakzsemléje 65

A Pearl fügés-ánizsos paninije 110

A Kossar bialyja 186

A Royal Crown édesköményes tarallija 211

Szendvicsnek való kenyerek

Az Acme rusztikus baguette-je 42

Az Acme zöld fűszeres karéjai 49

Judy Unruh esküvői cibakzsemléje

(vekninek sütte) 65

A Hi-Rise kukoricás kenyere 76

Az Essential Kolumbia kenyere

(Falusi jellegű franciakenyér) 94

A Pearl diós kovászos franciakenyere 107

Craig Ponsford ciabattája 116

A Della Fattoria puliszkás kenyere 130

A Tom Cat daraliszt-filonéja 136

Thom Leonard falusi franciakenyere 145

Thom Leonard Kalamata olívás kenyere 147

A Kossar bialyja 186

Ajándéknak való kenyerek

A Bruno pandorója 176

A Dutch Regale mandulás püspökkenyere 198

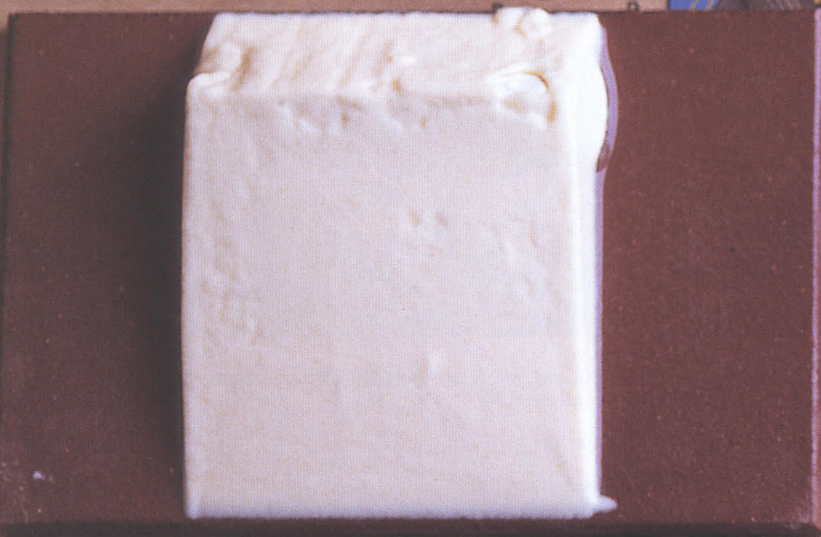
A Dutch Regale rumos püspökkenyere 205

A Royal Crown édesköményes tarallija 211

KEZDJÜK A

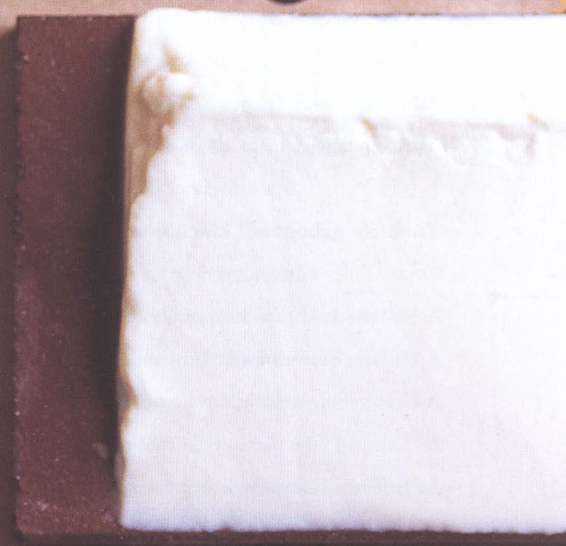
MOUNTAIN
MILLING, LLC

ORGANIC



TELJES
KIÖRLÉSŰ

R



R2

R3

LISZTTTEL



Flour

BS. (22.68 kg)

OUR MILLING L.L.C.
eville, Colorado 80651
1110
FAX: (970) 785-0575



RNI
R4

ROCK
40
R5

A Rocky Mountain Malom lisztjeinek színét bemutató minták. Az R2 az első sor malomkő közül kikerülő nagyon világos, majdnem korpamentes liszt. Az R3 a második sor terméke. Ezeknél észrevehetően sötétebb az R4 és az R5, melyek tele vannak korpával, és a legutolsó kövek közül kerülnek ki. A teljes kiőrlésű búzaliszt az R2 R5-höz való keverésével is készülhet.



A KENYÉR LELKE



Az Acme Kenyársütő Vállalat

Berkeley, California

A LISZT A KENYÉR LEGKÖZÖNSÉGESEBB ALKOTÓELEMÉNEK TÚNHET – hiszen csak egy zsáknyi poros, piszkosfehér, feldolgozott búzáról van szó –, de a liszt olyan a kenyérnek, mint a szőlő a bornak, a tej a sajtnak. A liszt nem csupán a kenyér gerince, de egyben a szíve és a lelke is.

Ha szeretnénk megismerni egy pékséget, nem kell mást tennünk, mint vásárolni egy baguette-et, hiszen a kész pékáru magán viseli a pék kezének minden mozdulatát, és a liszt összes finom árnyalatát. Az egyik kedvenc baguette-emet a kaliforniai Berkeley-ben található Acme Kenyársütő Vállalat (The Acme Bread Company) süti. A céget 1983-ban alapította Steve és Susan Sullivan, és a pékség azóta is a kenyér igaz híveinek valóságos Mekkája, éljenek bármely táján a világnak. Rusztikus baguette-jük belseje puha, krémes-sárga, majdnem hogy habos a jókora lyukacsok miatt, az enyhén belisztezett héja pedig ropogós és olyan vékony, mint a tojás-héj. Az íze maga a tiszta, édes búza, épp annyi savassággal, hogy kiemelje az ízeket.

Egy egész reggelt töltöttem azzal, hogy az Acme 1. és 2. részlege között ingáztam. Az „egyben” az apró, zsúfolt pékségben sertepertéltem, figyelve, hogyan készül a rusztikus baguette, a „kettesben” pedig a zöld fűszeres karéjok készülését lestem meg, ami egy focaccia-szerű lapos kenyér, friss, zöld rozmarindarabkákkal pöttyözött vajsárga béllal. Közben és utána sikerült elbeszélgetnem Rick Kirkbyvel, a három Acme létesítmény alelnökével/termelési menedzserével, akinek a minőség-ellenőrzés, a receptfejlesztés a feladata, és megvitattuk a cég már-már rögeszmés hajszáját a kiváló minőségű lisztekért.

Mitől lesz a liszt jó vagy csapnivaló? Két nézőpontból lehet megközelíteni a kérdést – funkcionális és esztétikai szempontok alapján –, ezeknek megfelelően próbálok viszonylag egyszerű választ adni.

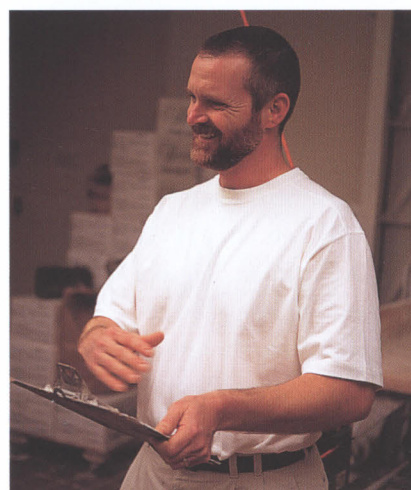
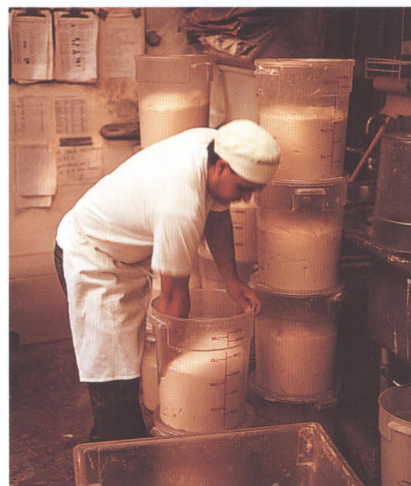
Ha a funkció szempontjából közelítünk, a kulcsszó a siker, vagy más néven glutén. A kizárólag a búzában fellelhető glutén a fehérjék olyan különleges kombinációja révén jön létre, aminek köszönhetően nedvesség hatására a szemekben található összes siker egy háromdimenziós hálóban kapcsolódik össze. A tudósok által viszkoelasztikusnak nevezett siker ezen tulajdonságának betudhatóan egyszerre képes ragacsosan szétfolyni (ha hagyjuk, végigfolyik az asztalon, és meg sem áll a padlóig), és közben rugalmasnak maradni (ha nem nyújtjuk ki túlságosan, visszaugrik eredeti formájába). Vagyis attól függően, hogyan bánunk vele, a siker képes szétfolynva új formát alkotni, vagy újra felvenni a régi alakját.

Steve és Susan Sullivan, akik 1983-ban megalapították az Acme Kenyársütő Vállalatot

A gluténháló akkor épül ki, amikor a lisztet összekeverjük vízzel. Ugyanekkor, a kevergetés közben apró légbuborék formájában levegőt is juttatunk a tésztába. Mire a tészta elkészül, a gluténháló kusza fonadéka miatt ezek a buborékok csak nagyon nehezen tudnak a felszínre jutni, nem úgy, mint például a gluténmentes kukoricalisztból készült tésztában. Az érlelés alatt az élesztő szén-dioxidot bocsát ki (néhány egyéb melléktermék mellett), ami eloszlik a tészta folyékony alkotóelemeiben. A folyadék megtelik szén-dioxiddal, végül pedig maga is csapdába ejtett levegőbuborékká változik (így teljesen el is tűnik a tésztából). A buborékok tágulnak, a siker pedig alkalmazkodik, és megnyúlik körülöttük, és megemeli a tésztát. A búzafehérje képessége az összekapcsolódásra, a viszkoelasztikus szerkezet alkotására egyike a természet rejtélyes csodáinak.

Bár a glutén viselkedése a fenti, leegyszerűsített modell alapján kiszámíthatónak tűnhet, a valóságban a pékek gyakran tapasztalják ennek a folyamatnak különféle változatait. A siker nem mindig ugyanolyan, ahogy a tészta sem, ami készül belőle. A pékek körében több kifejezés is használatban van a siker különböző jellemzőinek leírására. Például előfordul, hogy a siker „szívós”, vagyis hogy sok időbe telik meggyúrni a tésztát, és nehéz kinyújtani. Ha a siker „rugalmas”, a tészta gyönyörűen nyúlik formázás közben, anélkül, hogy szakadozna. Bizonyos esetekben a siker elveszti rugalmasságát a tészta érlelése közben, ezért a tészta „merek” lesz, vagyis szakadozni fog formálás közben.

Vajon mi okozza a különbségeket? A siker alkotóelemei között többféle fehérjét is találhatunk, minőségi jellemzői – vagyis szívóssága, rugalmassága, térfogat-növekedésének mértéke, és így tovább – a különböző fehérjék típusától függnének, melyek jelen vannak a lisztben. A különféle búzafajtákban különféle fehérjék fejlődnek ki, ebben pedig fontos szerepet játszanak az időjárás és a termesztés körülményei, mint az öntözés és a trágyázás. Így ezek a tényezők nagymértékben befolyásolhatják a sikerfehérje minőségét. A liszt viselkedését a tészta készítése közben a különböző búzafajták keveréke is befolyásolja.



Fentről lefelé: A vödörben kelő tésztát hajtogató munkás; Rick Kirkby, az Acme alelnöke; a megkelt zsemleket a kemencét meg-
 rakó berendezésre helyezik. *Jobbra:* Közelkép a sárga színű, hosszú sikérszállait megmutató tésztáról.



HAMU

A liszt színét gyakran a százalékos hamutartalma határozza meg. A hamun ebben az esetben természetesen nem tényleges hamut kell érteni, hanem azt a hamut, ami a lisztből vett kis minta ellenőrzött égése után maradna az égésnek ellenálló ásványi anyagokból. A búzában található ásványi anyagok többsége a korpában és a csírárétegekben található, így ez az eljárás az őrlés után a lisztben maradt korpáról és csíráról árul el a legtöbbet. A búzaszem ezen olajban, aminosavakban, sikért nem formáló fehérjékben, enzimekben és cukrokban gazdag részei nagyban hozzájárulnak a liszt ízéhez, színéhez és aromájához. Ennek legjobb bizonyítéka a fehér és a teljes kiőrlésű búzalisztek közt tapasztalható jelentős ízbeli különbség. A korpás liszteknek, amilyeneket Rick Kirkby is használ, jóval magasabb a hamutartalma; nem adja alább a 0,55-0,65% körüli hamutartalmú fajtáknál. Összehasonlításképpen, a finomított liszt hamutartalma legfeljebb 0,45% körül lehet, míg a teljes kiőrlésű búzaliszté nagyjából 1,5%.

Az Acme rusztikus baguette-je (42. oldal) egészben és szeletenként, feltárva a kitűnő héjszerkezetet





Mi a biztosíték hát a Rickhez hasonló pékek számára, hogy a választott liszt megfelel minőségbeli elvárásoknak? Általában semmi. Csak úgy tudják nagyjából meghatározni, milyen a számukra tökéletes liszt, ha a molnárral vagy a beszállítóval közlik a szükséges százalékos fehérjetartalom határszámait és a laboratóriumi tesztek eredményeit.

A százalékos fehérjetartalom meghatározása nem éppen a legpontosabb módja a liszt jellemzésének, hiszen ezzel csak a fehérje mennyiségét adjuk meg, a minőséget nem; de mégis lehetővé tesz egy legalább hozzávetőleges becslést a minőségre vonatkozólag. Rick szerint a 11-11,5%-os fehérjetartalmú liszt megfelelő, de a 12%-nál több fehérjét tartalmazó fajták már megnehezíti az ember dolgát. A kézműves pékeknek többnyire 11-11,5%-os lisztre van szükségük, a kenyvben bemutatott pékek többsége próbál is ezen a tartományon belül maradni. Aki otthon süt, és a boltban veszi a magas fehérjetartalmú kenyérlisztet, kevernie kell azt alacsony fehérjetartalmú finomliszttel, hogy megfelelő fehérjetartalmat kapjon. (Az arányokat az egyes recepteknél adom meg.) Van néhány viszonylag könnyen beszerezhető lisztfajta, például a King Arthur finomliszt, amelyben a fehérjetartalom eleve a megfelelő tartományba esik.

De a megfelelő kezelhetőség csak az érem egyik oldala, fontos a liszt kellemes íze, színe és aromája is. Rick a krémes-sárga árnyalatú lisztet részesíti előnyben a fehérrel vagy szürkés színűvel szemben; „azt a nagyon tiszta, mellékszöngéktől mentes édes aromát, mely szerintem a búza sajátja” és olyan ízt, amely „édes és diós jellegű, a gabonaszem ízére emlékeztet”. Ricknek meggyőződése, hogy ez a három jellemző – szín, íz és aroma – szorosan összefügg egymással, és közülük a szín a legfontosabb. Ha a liszt színe fakó, az íze és az aromája sem lesz kielégítő. A péküzem alelnöke szerint általában nem a finomított, hanem a teljes kiőrlésű búzaliszt (amely a magbél egészét tartalmazza) a legjobb íz, szín és aroma szempontjából.

Nagyon ritka, hogy ugyanazon liszt egyaránt megfelel a formai és esztétikai elvárásoknak is, épp annyira, mint az olyan paripa, mely nemcsak gyönyörű, de vilámgyors és jó természetű is. Még ha van is olyan tökéletes liszt, mely megfelel a pék minden elvárásának, eljön az a pillanat, amikor a malomban elfogy az a bizonyos búza, amiből készült, és akkor bizony újat kell beszerezni. Az viszont valószínűleg egy más termőterületről származó másik alfaj lesz, így a belőle készülő liszt teljesen másképp viselkedik majd tésztaként és a sütőben. Rick mesterségbeli tudásának bizonyítéka, hogy következetesen kiváló minőségű kenyeret tud sütni az örökké változó alapanyag ellenére is.

Az Acme rusztikus baguette-je

- Két 250 grammos mini baguette-hez és egy 500 grammos cipóhoz vagy bâtard-hoz
- Elkészítés ideje: kb. 18 óra, ebből nagyjából csupán 30 perc a tényleges munka

Ez a recept az Acme tarsolyában lapuló összes trükköt latba veti, ráadásul két különböző élesztős előtésztaval készül (lásd 115. oldal) – a savasság kedvéért a kenyértésztaból kovásznak eltett öregtészta, a nyújthatóság és az igazi búzás íz érdekében pedig élesztős kovászt is készítünk. Az Acme 4 órás élesztős kovással dolgozik, de én átalakítottam a receptet 12 órássá, hogy ésszerűbbé tegyem az időbeosztást a hobbipékek számára (ha az eredetit használnánk, legalább 14 órán át kellene foglaloznunk a sütéssel egyhuzamban). A péküzemben baguette-et sütnek a kenyérből, de otthon több értelme van több különböző formában kisütni.

Mivel valódi baguette-et otthon lehetetlen készíteni – a konyhai sütő nem elég széles hozzá –, a klasszikus recept által előírt mennyiségeket arányosan lecsökkentettem, hogy az így készülő minibaguette kényelmesen elférjen a hagyományos sütőnkben. De mutatós baguette-et formázni így is az egyik legnehezebb feladat, ami kenyérsütés közben adódhat, így nem árt némi időt szánni a gyakorlásra is.

Ez a recept a hétköznapi francia tészta továbbfejlesztett változata, ezért a tésztaból készíthetünk zsemlet, *couronne*-t (kenyérkoszorút), *boule*-t (cipót), *bâtard*-t (vaskos baguette-et), vagy bármilyen kedvűnkre való formát (lásd 46–47. oldalt).

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐESTÉJE: Meggyúrjuk a öregtészta, és szobahőmérsékleten kelni hagyjuk nagyjából 3 órán át, aztán hűtőbe tesszük. Elkészítjük az élesztős kovászt, és hagyjuk erjedni egész éjszaka, 12 órán át. **MÁSNAP REGGEL:** Összeállítjuk a tészta, hagyjuk pihenni 15-20 percig, majd – közben háromszor-négyszer hajtogatva – 3 órán át kelesztjük. Megformáljuk a kenyeret, 1-2 órát kelni hagyjuk, aztán a méretének megfelelő ideig, legfeljebb 45 percig sütjük.

	Öregtészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE ÖREGTÉSZTA KÉSZÍTÉSE	Porélesztő	¼ teáskanál		(összességében 0,5%)
	43-46 °C-os víz	½ csésze		(összességében 65%)
	Fehérítetlen, lehetőleg bio univerzális liszt	¾ csésze	115 gramm	100%
	Só	¼ plusz ⅛ teáskanál		2%

Az élesztőt az üveg mérőedénybe töltött meleg vízbe szórjuk, megkeverjük, és állni hagyjuk 5-10 percig. Összekeverjük a lisztet és a sót egy tálban, hozzáadunk ⅓ csésze élesztős vizet (a maradékot félretesszük az élesztős kováshoz). Ezt a lágy tészta simára gyúrjuk, nagyjából 5 percig. Letakarjuk folpackkal. Szobahőmérsékleten hagyjuk erjedni nagyjából 3 óráig, aztán másnap reggelig a hűtőbe tesszük.

	Élesztős kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
AZ ÉLESZTŐS KOVÁSZ KÉSZÍTÉSE	Porélesztő			(összességében 0,07%)
	Fehérítetlen, lehetőleg bio univerzális liszt	1 csésze	150 gramm	100%
	Langyos víz	⅔ csésze	135 gramm	(összességében 100%)

A öregtészta készítésénél megmaradt élesztős vízből 1 evőkanálnyit (így $\frac{1}{32}$ teáskanálnyit az élesztő benne) a liszthez adunk, aztán elkeverjük a langyos vízzel. Folyós tésztaféle lesz belőle. Letakarjuk folpackkal az élesztős kovászt, és hagyjuk erjedni egész éjszaka, 12 órán át, vagy míg a buborékok kezdenek szétpattanni benne, a felszíne pedig fodrozódni és habzani.

Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
Fehérítetlen, lehetőleg bio univerzális liszt	2¼ csésze	340 gramm	100%
Porélesztő	¼ teáskanál		0,2%
Langyos víz	¾ csésze meg 2 evőkanál	180 gramm	53%
Erjedt élesztős kovász			93%
Érett öregtészta			55%
Só	1¾ teáskanál	9 gramm	2,7%

kézzel: A lisztet és az élesztőt összekeverjük egy nagy tálban. A vizet az élesztős kovászhunkhoz adjuk, és elkeverjük, hogy még jobban felhígítsuk, majd a liszthez öntjük. A tésztát fakanállal vagy kézzel összedolgozzuk. Kiborítjuk a tálból, és néhány dagasztó mozdulattal tovább gyúrjuk. Visszatesszük a tálba, befedjük folpackkal, és 15-20 percig pihenni hagyjuk (autolízis).

Az öregtésztát kisebb darabokra morzsoljuk, és a pihentetés végén a sóval együtt a tésztához keverjük. Kiborítjuk a tésztát a tálból, és további liszt hozzáadása nélkül simára, szívósra gyúrjuk (ha kell, használjuk a tésztakaparót). Ehhez nagyjából 10 perc szükséges.

álló mixerrel: Összekeverjük a lisztet és az élesztőt a keverőtálban. A vizet az élesztős kovászhunkhoz adjuk, és elkeverjük, hogy még jobban felhígítsuk, majd a liszthez öntjük. Fakanállal vagy kézzel addig keverjük, míg nagyjából elvegyülnek a hozzávalók. Lassú fokozatra állítjuk a gépet, és a tésztát a dagasztókarral nagyjából 1 percig keverjük, míg a tészta összeáll a karon. Lefedjük folpackkal a tálat, és a tésztát 15-20 percig pihenni hagyjuk (autolízis).

Az öregtésztát kisebb darabokra morzsoljuk, és a pihentetés végén a sóval együtt a tésztához keverjük. Lassú vagy közepes fokozaton körülbelül 10 percig keverjük a tésztát, míg sima és szívós nem lesz, és összegyűjti a darabokat a tál faláról.

konyhai robotgéppel: Összekeverjük a lisztet, az élesztőt és a sót a keverőtálban. A vizet az élesztős kovászhunkhoz adjuk, és elkeverjük, hogy még jobban felhígítsuk, majd a liszthez öntjük. A tésztát nagyjából 30 másodpercig keverjük, míg összeáll. Hagyjuk a tálban pihenni (autolízis) kb. 15-20 percig.

Az öregtésztát kisebb darabokra morzsoljuk, és a pihentetés végén a tésztához keverjük. A géppel a tésztát nagyjából 30 másodpercig dolgozzuk, míg a tál gőzölni kezd. Kivesszük a tálból, és kézzel dagasztjuk, hogy a tészta kihűljön, és a hő egyenletesen oszoljon el benne (könnyítésként használjuk a tésztakaparót, de ne szórjuk meg liszttel a tésztát). 30 másodperces időközökig keverjük a géppel a tésztát, a kettő között pedig kézzel gyúrjuk, míg nagyon sima és szívós lesz – ehhez ötször-hatszor kell a gépben keverni.

Akkor jó a tészta, ha lágy és sima, de a tapintása kicsit száraz. Ha gluténablakot formázva szétfeszítjük, a felülete nagyon egyenletes. A készre dagasztott tésztában buborékok keletkeznek a felszín alatt. Adjunk hozzá még 1-2 evőkanál vizet, ha dagasztás közben túl keménynek érezzük.

folytatás a következő oldalon

**A TÉSZTA ELSŐ
KELESZTÉSE
ÉS HAJTOGATÁSA**

A tésztát olyan edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Hagyjuk kelni 3 órán át, míg könnyű, levegős lesz, és a duplájára kel. Az első kelesztés során háromszor kell hajtogatni (28. oldal), 20 perces időközönként, vagyis 20, 40 és 60 perc után. Negyedszer (80 perc elteltével) is hajtogathatjuk, ha félő, hogy nem dagasztottuk meg eléggé. A fennmaradó időben nem nyúlunk a tésztához.

**A TÉSZTA
GÖMBÖLYÍTÉSE
ÉS PIHENTETÉSE**

Kettévágjuk a tésztát, és az egyik felet még egyszer félbevágjuk. A két baguette-nek való negyedből vaskos hengereket formálunk (1. fénykép), a tészta cipónak megmaradt feléből pedig gömböt. Enyhén belisztezzük a tésztadarabokat, majd folpackba burkoljuk. Hagyjuk pihenni nagyjából 30 percig, míg felpuffad és meglágyul. Ne csaljuk el a pihentetésre szánt időt, ez ugyanis a formálás sikerének egyik kulcsa.

**A SÜTŐ
ELŐMELEGÍTÉSE**

A tészta pihentetése után a sütőrácsot a második sínre tesszük, és ráhelyezzük a sütőkövet. Az összes többi rácsot kivesszük. Előmelegítjük a sütőt 230 °C-ra.

**A TÉSZTA
FORMÁZÁSA**

Az Acme rusztikus baguette-jének formáját két lépésben alakítjuk ki – először rövid hengert sodrunk a tésztából, és csak a pihentetés után nyújtjuk végleges hosszúra. Ha az alábbi utasítások bonyolultnak tűnnek, annak oka, hogy a baguette-é a lehető legnehezebben kialakítható forma. Éppen ezért annyira részletesen írom le a szükséges lépéseket, amennyire csak lehet, hogy így könnyebbé tegyem a kezdők dolgát. Nem szabad elfelejteni, hogy az egész folyamat csak egy-két percig tart.

A trükk a forma kialakításában, hogy Rick szavaival élve „finoman, de határozottan” nyúljunk a tésztához – hogy ne szorítsuk ki belőle az összes légbuborékot, és túl hosszú se nyújtsuk, mégis tömör, egyenletes hengert kapjunk. Lehet, hogy több hónapi gyakorlásra lesz szükség, de nem szabad kétségbeesni; mindegy, hogy néz ki a végeredmény, nagyon finom lesz.

Alaposan belisztezzünk egy süteményestepsit, vagy fából készült gyúródeszkát a kelesztéshez, a munkalapunkat pedig szintén megszórjuk egy kevés liszttel. Nem árt, ha kéznél van egy vonalzó is, így követni tudjuk, éppen milyen hosszú a baguette-ünk.

Először fogjuk az egyik pihentetett, baguette-nek való tésztadarabot, és *kérges felével lefelé* az enyhén belisztezett munkalapra helyezzük. Kicsit kilapítjuk, nagyjából téglalap alakúra, vigyázva, hogy ne nyomjuk ki belőle a légbuborékokat. A tészta hosszabbik alsó szélét behajtjuk, egy kicsivel túl a



téglalap közepén (2. és 3. fénykép), majd a felső szélét is középre hajtjuk. Egy nagyjából négyszögletes tésztadarabnak kell most előttünk lennie, ami kicsit hasonlít a hivatalos levelekre.

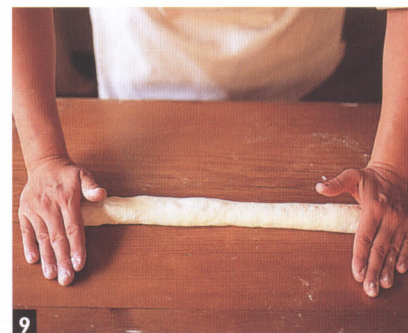
Tenyerünk élével sekély mélyedést alakítunk ki a szélek érintkezése mentén, így egyszerre össze is nyomva azokat (4. fénykép). Ezután a mélyedés mentén félbehajtjuk a tésztát henger alakúra. A hengernek ekkor még nem szabad hosszabbnak lennie kinyújtott hüvelykujjakkal tartott, egymás mellé tett két tenyerünkönél.

A tészta széleit összezárjuk a henger alján, és szorosabbra formázzuk a hengert úgy, hogy a hüvelykujjunkt a széleknél a tésztába nyomjuk, és ugyanezzel a mozdulattal finoman eltoljuk magunktól a tésztahengert (5. fénykép). Ha minden jól megy, a tésztának ragadnia kell a munkafelülethez, nem hagyva, hogy eltoljuk, így pedig tömörebbé is válik, a szélek pedig rendesen összezárulnak. Ha a hengerünk még mindig laza, vagy a szélek nem záródnak (ha kezdők vagyunk, nem nagyon fognak), megoldhatjuk a problémát, ha bal hüvelykujjunk körül félbehajtjuk a tésztát, és a széleket a jobb tenyerünk alsó élével nyomjuk össze (6. fénykép).



Ezután keskenyebbre formázzuk a hengert, és nagyjából fele olyan hosszúra nyújtjuk, mint amilyen széles a sütőkövünk.

Átfordítjuk a hengert, hogy az összezárt szélek alul legyenek. A tésztának még mindig tapadnia kell kissé a munkafelülethez, de nem szabad ragadnia, ezért a lehető legvékonyabban szabad csak belisztezni a munkalapot. Mindkét kezünket tenyérrel lefelé egymásra helyezzük a tészta közepén (7. fénykép). Miközben tenyerünk éle és az ujjaink hegye végig a munkalaphoz ér, előre-hátra görgetjük a tésztát, így keskenyítve a középső szakaszt. Amikor ez a rész már kicsit elvékonyodott, tenyérrel lefelé egymás mellé helyezzük két kezünket, majd tenyerünk élét és ujjbegyeinket továbbra is végig a munkalapon tartva, tovább görgetjük a hengert előre és hátra, hogy elvékonyítsuk (8. fénykép). Ahogy a henger közepétől kiindulva a tészta vékonyodik, a kezünket is a szélek felé csúsztatjuk. Oldalvást nem szabad nyújtani a tésztát; inkább várjunk, míg elkeskenyedik, és csak utána haladjunk a vastagabb végek felé. Apránként csúsztassuk két kezünket egyre messzebb egymástól, míg elérjük a henger végeit. Ekkor kicsit erősebb nyomást alkalmazunk az előre-hátra sodrás közben, hogy kialakítsuk a végeket (9. fénykép). A tésztát feleakkorára nyújtjuk, mint amekkora a sütőkő szélétében, vagyis nagyjából 20 cm hosszúra. A kész hengert áttesszük a belisztezett süteményestepsire vagy gyűrődéskára. Az eddigieknek megfelelően megformáljuk a másik tésztadarabot is.



A nagyobb tésztadarabból *boule*-t vagy *bâtard*-t formálunk (az instrukciókat lásd a 46–47. oldalon), és kosárba vagy lenruhába téve kelni hagyjuk.

A TÉSZA MÁSODIK KELESZTÉSE

Miután megformáltuk a baguette-eket, lefedjük folpackkal, és a belisztezett tepsin 30-45 percig kelni hagyjuk, míg könnyű és igazán rugalmasak lesznek.

Amíg a baguette-ek kelnek, előkészítjük a lenruhát, két völgyet formálva rajta. Mindkét baguette-et megnyújtjuk annyira, hogy éppen illeszkedjenek a sütőkőre – ha szabványméretű kővel sütünk, kb. 35 cm hosszúnak kell lenniük. A baguette-eket lisztes felükkel felfelé a ruha mélyedéseibe helyezzük, és lazán lefedjük őket folpackkal, vagy rájuk hajtjuk a lenruha szélét. 30-60 percig kelni hagyjuk a tésztát, míg könnyű lesz, alaposan megnő, és csak lassan egyenlítődik ki rajta a belisztezett ujjal ejtett horpadás.

A KENYÉR SÜTÉSE

A megkelt baguette-eket fordítódeszka (22. oldal), vagy más könnyű deszka segítségével áttesszük egy darab sütőpapírra (ha egyik eszköz sincs kéznél, kézzel óvatosan átemeljük), és lisztes felükkel felfelé elrendezzük. A deszkát használva sorvezetőnek szépen ki is egyenesítjük őket. Közvetlenül a sütés előtt megtölthetjük a sütőt gőzzel (40. oldal). 45°-os szögben tartott egyélű pengével 3 ferde bemetszést ejtünk a tésztán, megbizonyosodva róla, hogy a vágások végigérnek a baguette-en. A baguette-eket a papírral együtt a sütőkőre csúsztatjuk. 30-35 percig sütjük, féldőnél megfordítjuk, míg a vágások széle sötétbarnára, maga a tészta pedig aranybarnára pirul. Ha elkészültek, rácsra téve hagyjuk kihűlni.

A *boule* vagy *bâtard* sütéséhez 220 °C-ra melegítjük elő a sütőt, amit akár újból megtölthetünk gőzzel. A tésztadarabot sütőpapírra tesszük, és bevagdossuk. 40-45 percig sütjük, féldőnél megfordítjuk, míg mindenütt barnára pirul. Ha kész, rácsra téve hagyjuk kihűlni.

NÉHÁNY ALAPVETŐ FRANCIAKENYÉR-FORMA

A csinos formák és a kenyérbél megfelelő szerkezetének titka, hogy a gömbölyítés után bőven hagyjunk időt a tésztának a pihenésre, mielőtt megformálnánk. Ez kell ugyanis ahhoz, hogy rugalmassá váljon és megteljen légbuborékokkal. Formázás után lenruhába vagy vászonnal bélelt kosárba, szűrőbe tesszük a tésztát. Szorosan lefedjük folpackkal, hogy ne száradjon ki a felszíne. Ha lisztes héjú kenyeret szeretnénk, lisztet szitálunk a vászondarabra, és a kenyeret fejjel lefelé fordítva kelesztjük. Ha fényes felületű végeredmény a célunk, liszt nélkül kelesztjük a tésztát, fejjel le- vagy felfelé.

Boule (miche vagy kerek cipó)

Sok módja van a kerek kenyér formálásának, de a cél mindegyik módszer esetében ugyanaz: feszes felszínű, tökéletes tésztakupola, melyben a jókora buborékok sértetlenek maradnak. Ehhez szükség van némi gyakorlásra. Behajlított tenyerünk között forgatjuk a tésztát a munkalapon, gyengéden lökdösve az alsó szélét. A munkalap megfogja a tészta alját, egyúttal szorosabbá formálja a szerkezetét, a forgatásnak köszönhetően pedig az alakja egyenletes kerek lesz, és nem féloldalas. A cipót lapos felével lefelé 10 percig pihenni hagyjuk, hogy összeálljon a forgó.

Couronne (vagy koszorú)

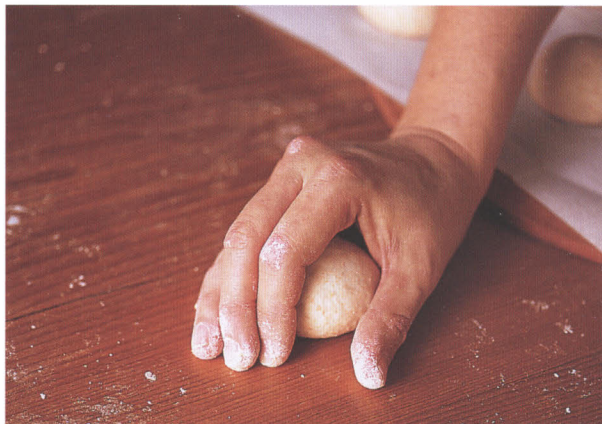
A tésztát megformáljuk, mintha baguette-et készítenénk (44. oldal), de a végeit vaskosra hagyjuk. Normál méretű koszorúnál, ha 750 gramm liszttel készítettük a tésztát, a hengernek kb. 75 cm hosszúnak kell lennie. Megkelesztjük a tésztát.

Közvetlenül a sütés előtt sütőpapírra helyezzük, tetszőleges minta szerint bevagdossuk, és kört formálva összeillesztjük a végeit. Szorosan összenyomjuk; ezzel a végek kissé átfedik ugyan egymást, de épp ez adja a forma varázsát.



Zsemle

Ehhez a formához is gyakorlásra van szükség. A tésztát egyenlő részekre daraboljuk. Hogy igazán jól nézzenek ki, mérjük le mindegyiket, így biztosan egyformák lesznek. Az egyszerű zsemle körülbelül 55 grammot nyom, a nagy, szendvicsnek való zsemlék pedig 100-130 grammot. A zsemléket kérgükkel felfelé lisztezetlen munkalapra tesszük. A tenyerünket a zsemlére borítjuk, aztán körbeforgatjuk rajta, kicsit nyomva a zsemle tetejét, míg a tészta az alján ráncolt, szoros labdává formálódik. Amikor már tényleg jól megy a művelet, 2 zsemlet is formálhatunk, egyszerre dolgozva a két kezünkkel.



Bátard (vagy hosszúkás cipó)

Ez a forma majdnem ugyanolyan, mint a baguette, csak vastosabb és rövidebb. A tésztát kérgével felfelé enyhén belisztezt munkalapra helyezzük. Kicsit lelapítjuk, így téglalapféle formát kapunk. Ügyeljünk rá, hogy óvatosan nyomjuk, és a légbuborékok épségben maradjanak. A tészta alsó szélét egy kicsivel túlhatjuk a téglalap közepén, majd erre ráhajtjuk a felső szélét is. Nagyjából négyszögletes tésztadarabnak kell most előttünk lennie, ami kicsit hasonlít a hivatalos levelekre. Tenyerünk élével sekély mélyedést alakítunk ki a szélek érintkezése mentén, így egyszerre össze is nyomjuk azokat. Jobbról balra haladva ráhajtjuk a tészta felső szélét az alsó szélére, hengert formázva belőle. A széleket tenyerünk alsó élével erősen összenyomjuk. Így haladunk végig a tészta egész hosszán, hengerré hajtva azt, és összenyomva a széleit, míg vastos hengert kapunk. Simítsuk és egyenlítsük ki, majd tenyerünkkel sodorva nyújtsuk tetszőleges hosszúságúra. Ha 25 cm hosszúra formáljuk, jó eséllyel elfér a legtöbb sütőkövön.







K E Z D Ő K N E K

Az Acme zöld fűszeres karéjai

- Két nagy, egyenként 500 grammos lapos kenyérhez
- Elkészítés ideje: kb. 23 óra, ebből 20 perc a tényleges munka

Ennek a rozmaringgal pöttyözött kenyérnek, a focaccia egyszerűsített változatának szokatlan a héja. Közvetlenül sütés előtt a teljes felületén megszurkáljuk, aztán 5 percig sütjük az egyik oldalát. Ezután átfordítjuk a másik oldalára, és így fejezzük be a sütést. Így a kenyér nagyon lapos marad, és szögletes lesz, mint egy kisebb kőtábla.

A tészta, amelynek élesztős kovász az alapja, az alapos érlelés, kelesztés után különlegesen telt ízű lesz. (Ebben az esetben is megváltoztattam az Acme eredeti, 4 órán át készülő élesztős kovászának receptjét 12 órára, hogy egyszerűbb legyen elkészíteni a kenyeret.) Egyáltalán nem bonyolult a készítése; ha előző este nekiállunk, másnap vacsorára már kész lehet.

folytatás a következő oldalon

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐESTÉJÉN: Elkészítjük az élesztős kovászt, és egész éjszaka, 12 órán át érni hagyjuk. **MÁSNAP REGGEL:** Összeállítjuk a tésztát, és 6 órán át kelesztjük. Ezután megformázzuk a kenyeret, 3½ órán át másodszor is kelni hagyjuk, majd körülbelül 25 percig sütjük.

	Élesztős kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE AZ ÉLESZTŐS KOVÁSZ KÉSZÍTÉSE	Porélesztő	¼ teáskanál		(összességében 0,07%)
	43-46 °C-os víz	1 csésze		
	Fehérítetlen, lehetőleg bio univerzális liszt	2 csésze	300 gramm	100%
	Langyos víz	1½ csésze	295 gramm	(összességében 118%)

Az élesztőt a 43-46 °C-os vízhez keverjük, és 5 percig állni hagyjuk. Az élesztős vízből ¼ csészenyit a liszthez öntünk (így 1/16 teáskanál élesztő kerül bele), majd hozzákeverjük a langyos vizet is. Nagyon folyós tésztafélét kapunk. Az élesztős kovászt letakarjuk folpackkal, és egész éjszaka, 12 órán át érni hagyjuk, míg a buborékok kezdenek elpattanni benne, a felszíne pedig fodrozódni és habzani kezd.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA KÉSZÍTÉSE	Fehérítetlen, lehetőleg bio univerzális liszt	3 csésze	450 gramm	100%
	Só	1 evőkanál plusz ¼ teáskanál	16 gramm	3,5%
	Friss rozmaringlevél, felaprítva	evőkanál plusz 1 teáskanál		1,5%
	Porélesztő	¼ teáskanál		0,2%
	Langyos víz	¾ csésze	170 gramm	38%
	Olívaolaj	2 evőkanál	30 gramm	6%
	Érett élesztős kovász			145%

kézzel: Összekeverjük a lisztet, a sót, a rozmaringot és az élesztőt egy nagy tálban. A vizet és az olajat az élesztős kováshoz adjuk, elkeverjük, hogy még jobban felhíguljon, majd az egészet a lisztes keverékhez öntjük. Kézzel addig gyúrjuk-keverjük, míg durva tésztává áll össze. Kiborítjuk a munkalapra, és további liszt hozzáadása nélkül kicsit átgyúrjuk, hogy jól összeálljon. A tésztát tállal lefedjük, és 10 percig pihentetjük, hogy az élesztő felszívhassa a vizet. Lisztezés nélkül körülbelül 10 percig dagasztjuk, míg teljesen sima nem lesz.

álló mixerrel: Összekeverjük a lisztet, a sót, a rozmaringot és az élesztőt a gép keverőtáljában. A vizet és az olajat az élesztős kovászhoz adjuk, elkeverjük, hogy még jobban felhíguljon, majd az egészet a lisztes keverékhez öntjük. A tészta dagasztó karal alacsony fokozaton addig keverjük, míg a tészta nagyjából összeáll. A tálat lefedjük egy tányérral, és a tésztát 10 percig pihentetjük, hogy az élesztő felszívhassa a vizet. Ezután körülbelül 5 percig keverjük még a tésztát, míg teljesen sima nem lesz.

konyhai robotgéppel: A gép acélpengével felszerelt keverőtáljában összekeverjük a lisztet, a sót és az élesztőt. A vizet és az olajat az élesztős kovászhoz adjuk, elkeverjük, hogy még jobban felhíguljon, majd az egészet a lisztes keverékhez öntjük. Körülbelül 30 másodpercig keverjük, míg a tészta gömbbé nem formálódik. Ekkor kivesszük a keverőtálból, a munkalapra tesszük, letakarjuk egy nagy tállal, és 10 percig pihentetjük, hogy az élesztő felszívhassa a vizet. Négy-szer-öt-szor 30 másodpercig keverjük a géppel a tésztát, az egyes keverési szakaszok között pedig kézzel gyúrjuk, hogy lehűlhessen. Végül kivesszük a gépből, és kézzel hozzágyúrjuk a rozmaringot.

A tésztának tapintásra puhának és ragadósnak kell lennie. Adjunk hozzá 1-2 evőkanál vizet, ha túl keménynek érezzük.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE ÉS HAJTOGATÁSA

A tésztát olyan edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. 6 órán át kelni hagyjuk, míg könnyű lesz, és a duplájára kel. A kelesztés során háromszor kell hajtogatni (28. oldal), 20 perces időközönként, vagyis 20, 40 és 60 perc után. A fennmaradó időben nem nyúlunk a tésztához.

A TÉSZTA FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

Félbevágjuk a tésztát. A darabokat gömbölyítjük (29. oldal), aztán nagyjából 20 percig pihenni hagyjuk. Az egyik darabot könnyedén téglalap alakúra nyomjuk szét. A rövidebb alsó szélét fel-, a felső harmadát pedig lehajtjuk, így nagyjából harmadára hajtogatjuk, akár egy hivatalos levelet. A hajtással lefelé lenruhára tesszük, és betakarjuk az anyag szélével. Ugyanezt megismételjük a másik tészta-darabbal is, és körülbelül 1½ óráig kelni hagyjuk őket.

Egy nagy darab sütőpapírral lefedjük a péklapátot, vagy egy szegély nélküli tepsit. A tésztát kivesszük a lenruhából, és kézzel mindkét darabból óvatosan egy-egy 30 × 15 centis téglalapot formázunk (az üzemben a pékek kis favonalzó segítségével alakítják ki a megfelelő méretet). Az ujjaink hegyét mélyen a tésztába nyomkodjuk annak egész felületén. A téglalapokat ezután áttesszük a sütőpapírra, és kigazítjuk a formájukat. Lefedjük őket folpackkal, és körülbelül 2 óráig kelni hagyjuk, míg alaposan megpuhulnak és megnőnek. A kelesztési idő ezzel együtt összesen nagyjából 3½ óra.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Körülbelül 45 perccel azelőtt, hogy a kenyér teljesen megkelne, a sütőrácsot helyezzük a második sínre, és tegyük rá a sütőkövet. A használatban lévő rácson kívül az összes többit vegyük ki. A sütőt előmelegítjük 230 °C-ra.

A KENYÉR SÜTÉSE

Fogpiszkálóval vagy kis nyárssal mindenütt megbökdössük a tésztát, teljesen átszúrva azt. Közvetlenül a sütés előtt meg lehet tölteni a sütőteret gőzzel (30. oldal). A kenyereket a sütőpapírral együtt a forró kőre csúsztatjuk, és 5 percig sütjük. Ezután óvatosan átfordítjuk magára a kőre, és a papírt kivesszük a sütőből. Addig sütjük a kenyereket, míg szépen megbarnulnak – ehhez további 20 perc szükséges. Tízpercenként forgassuk meg. Ha megsültek, hagyjuk rácson kihűlni.



A BÚZAMEZŐK KÖZEPÉN

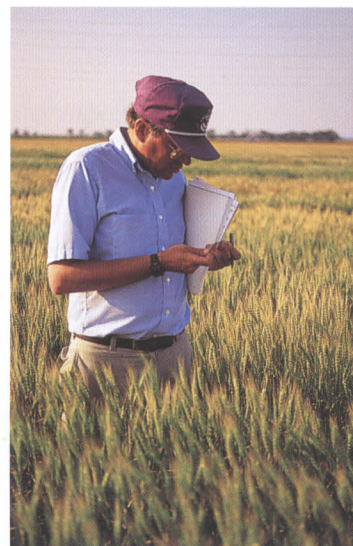
Szántóföldi bemutató Harvey megyében

Manhattan, Kansas

EGÉSZ NAP ARANYLÓ ZÖLDBEN JÁTSZÓ FÖLDEK KÖZT AUTÓZTUNK, míg végül a hosszú út után megérkeztünk. Késő májusi nap volt, a kansasi hullámzó búzamező éppen abba az érési szakaszba lépett, melyet a termelők a lágy tészta fázisának neveznek – a ragyogó smaragdszínű gabonaszemek még puhák és tejesek, és ha szétharapjuk, meglepően édesnek tűnnek. A néhol lapos, máshol kissé dombos, messzeségbe nyúló préri kivételesen alkalmas új búzafajták termesztésére. Az a néhány fa, ami feltűnik a horizonton, tanyaházak körül ágaskodik, vagy a földdarabok határát jelzi. Bevándorlók ők, csakúgy, mint a telepések, akik ültették őket, fedezéket remélve a fáradhatatlanul szikrázó napsugarakkal szemben. Késő délután érkezünk Harvey megyébe, ahol a Kansasi Állami Egyetem Mezőgazdasági Bemutatófarmján csatlakoztunk a szántóföldi bemutatót részt vevő gazdákhhoz.

A szántóföldi bemutatók olyan képzések, amelyeket kinn, a nyílt földeken tartanak, és ahol egyetemi kutatók mutatnak be új búzafajokat, számolnak be kísérleti eredményekről, és osztanak általános, mezőgazdaságra vonatkozó tanácsokat. Dr. Rollie Sears, a Kansas állambeli Manhattanben található Kansasi Állami Egyetem búzanemesítője egy nagy gazdasági épület előtt várt minket. Vele volt dr. Gina Brown-Gvedira növénygenetikus is, az Egyesült Államok Mezőgazdasági Minisztériumának munkatársa, akinek fő kutatási területe a mai búzafajták őseinek vizsgálata. Dr. Brown-Gvedira elmesélte, hogyan született az az étel, amit ma kenyérnek hívunk. Évezredekkel ezelőtt az első gazdák egyike egy ősi búzafajtát ültetett a kertjébe, egy gabonafélét, amit akkor (egyszemű) búzának nevezünk. A kert határán néhány alakornövény kereszteződött egy csoport vad fűfélével, később, aratás közben pedig a gazda felfedezte a szokatlan, új búzafajtát. Ahelyett, hogy megette volna az új hibrid termését, a gazda eltette a magvakat, és a következő szezonban elvetette. A következő aratások során a tönkebúzából, vagy más néven farróból kifejlődött a durumbúza, az a kemény, borostyánszínű búzafajta, melynek fő érdeme, hogy remek tészta készíthető belőle. A tönkebúzában azonban további természetes hibridizációs folyamaton is keresztül kellett esnie egy másik vad fűfélével, hogy kifejlődjön a mai kenyérbúza, a *Triticum aestivum*.

Dr. Brown-Gvedira ezeket a kereszteződések „genetikai útszűkületeként” emlegeti, mivel ilyen esetekben viszonylag kevés növényből származik az a génállomány, mely hibridek hosszú sorában fellelhető. Az „útszűkületen” átpréselődött gének gyakran igen értékesnek bizonyulnak, és nekik köszönhető, hogy azok a bizonyos ősi fajtaváltozatok túléltek az aszályokat, betegségeket, rovarfertőzéseket, vagy hogy növekedett a terményhozamuk.



Szemben fent: Dr. Gina Brown-Gvedira növénygenetikus; balra lent: búzafajtákat vizsgáló termelők; jobbra lent: kísérleti szántóföld.
Fent: Dr. Robert Bowden növénypatológus betegség tüneteit keresi a búzában.

A kutató feladata, hogy magvakat nyerjen ki az ősi fűfélékből, és továbbadja őket a dr. Sears-hez hasonló nemesítőknek.

Az egyetem parcellája a Harvey megyei telephelyen kiváló helyszín a fajok szárazságtűrésének teszteléséhez, mivel ezeket a földeket nem öntözik, és az idei év különösen száraz volt errefelé. A „millió dolláros napon”, ahogy a bemutató napját nevezik az új fajok piacra történő bevezetésének költségei miatt, a nemesítők és a termesztők is láthatják, hogyan birkóztak meg az újonnan nemesített fajták a betegségekkel, a hőséggel és az aszályal.

Dr. Sears tájékoztatta a résztvevőket a szükséges háttér-információkról. A búzanemesítőnek négy alapvető tulajdonságot kell szem előtt tartania, amikor egy új fajta kitenyésztésén fáradozik. Ezek a következők: a kártevőkkel és fertőzésekkel szembeni ellenállóság; az agromónia, vagyis a növénynek elég alacsonynak kell lennie ahhoz, hogy a szél ne döntse le, bírja a telet, a magas hőmérsékletet, és így tovább; jó őrlhetőség és süthetőség; végül a magas hozam, vagyis hogy az új faj hektáronként jó néhány vékonyi termést hozzon.

„Nemesítőként én magam is a világ minden tájáról használok búzafajtákat, és a négy tulajdonságra koncentrálni keresztezem őket, szem előtt tartva, hogy olyan variációt hozzak létre, ami hasznos lehet” – magyarázta dr. Sears. A folyamat nagyon hosszadalmas és rendkívüli alaposágot igényel, évekbe telik, és sok százezer dollárt költenek rá, míg egy új búza a piacra kerül.

A búza elődei, a túlélésben kiváló ősi eredetű fűfélék gyakran kiváló génállománnyal rendelkeznek.

„Azt szoktam mondani a termelőinknek, hogy a növényeknek nincs lábuk, nem tudnak elszaladni; ezért rendkívül találékony megoldásokat fejlesztettek ki, hogy megbirkózzanak a betegségekkel és kártevőkkel, ezáltal tovább fennmaradjanak – folytatja a szakember. – A munkánk alapvetően abból áll, hogy ezeket az újféle géneket keressük. A tenyésztett növényekbe történő tényleges beültetésüket már Gina végzi. Öt-tíz évbe is beletelik, míg a géneket kinyerik a vad elődnövényekből, és tenyésztés, valamint válogatás útján átörököltik a tenyésztett növényekbe. Ha Ginának végül sikerül átjuttatnia az ellenálló képességet hordozó gént egy nemesített fajba, [a vetőmagot] eljuttatja egy hozzám hasonló szakértőhöz. Mi keresztezzük ezt a változatot a magunk kiváló terményével, amelyet már más lényeges tulajdonságok figyelembevételével szintén nemesítettek, így végül egy új faj lesz az eredmény.”

A gazdasági épületeknél tartott rövid bevezető előadás után traktorok vontatta takarmányszállító kocsikra száll-



A Tam 107, a kézműves pékek egyik közkedvelt búzafajtája



tunk, hogy kilátogassunk a földekre. Az első megállónk a bemutatófarm kísérleti parcellája volt, ahova több mint harmincféle különböző búzafajtát ültettek. A régebbi fajták kontrollmintaként szolgálnak az egyetemi nemesítők és magtermelő vállalatok által kitenyésztett új változatok fejlődésének ellenőrzésére. A parcella meglehetősen nagy méretű, néhány évente új fajtákkal vetik be, melyek mindegyikét jól elkülöníthető táblával jelölik.

Robert Bowden növénypatológus már korábban végigjárta a területet, és kihúzott néhány szál búzát, hogy példákat mutathasson a fertőzésekre. A mintákat egy zöld műanyag lapra halmozta, és körbeadta a természetők között, hogy tanulmányozhassák a levéltorzsát, a napégette foltokat, a himlővel pöttyözött leveleket, a búza erezetének hibáit, a porszerű lisztharमतot, a torgombát, a fuzáriumos kalászbetegség és a gabonaüszög jól elkülöníthető tüneteit. Fontos, hogy a termelők ezeket azonosítani tudják, hiszen csak így tehetik meg a megfelelő lépéseket.

Dr. Sears és dr. Bowden végigsétáltak a sorok között, és részletesen bemutatták az egyes fajtákat, kiemelve a fontos tulajdonságokat, mint a termőképesség, magasság, illetve a kártevőkkel, betegségekkel, hőséggel és aszályal szembeni ellenállás. A vörös helyett sárgásbarna magtakaróval rendelkező fehérbúza számít a nemesítők kedvencének, és nagy érdeklődést váltott ki a természetők, molnárok és pékek körében is. Háromféle kemény fehér búzát vetettek abban az évben, és mindegyik remekül nézett ki. Az egyetem azt tervezi, hogy Kansasben a vörös búza helyére fokozatosan mindenhol fehérre vet; vagyis tizenöt éven belül Kansas egész területét fehérbúza boríthatja. Sokan jobban szeretik a fehér fajtákat; a molnárok több fehér lisztet tudnak kierni a szemekből, így több hasznuk származik belőle, a pékek szerint pedig könnyebbnek tűnik, a vörösnél édesebb és kevésbé fanyar ízű az a teljes kiőrlésű liszt, ami fehér búzából készül.

Miután végigvettünk minden búzafajtát, visszaszálltunk a búzaszállító kocsikra, hogy más területeket is szemügyre vegyünk. Ezeken a földeken inkább a búzával vetésforgóban termesztett haszonnövényeket találunk: kukoricát, szójababot és cirokot. A Marion megyéből érkezett természető, Glenn Ensz elmagyarázta: „Ha évről évre ugyanolyan növényt termesztünk egy földdarabon, mindegy, mi az, különböző fertőzések fogják megtámadni. A vetésforgó alkalmazásával csökkenthető a betegségek kockázata. Nagyon veszélyes lenne minden földünkön ugyanazt a növényt termesztetni, függetlenül a fajtától.”

Kicsit hamarabb elszöktünk a többiektől, hogy megörökíthessük azt a pillanatot, amikor a búzaföldek a lemenő nap utolsó, és egyben legszebb sugaraiban sütkeznek. Ezeknek a búzaföldeknek a termése az első lépés azon a hosszú úton, amely végül az asztalunkra tett kenyérben ér véget.





AZ ÚJ BÚZA NYOMÁBAN

A kérdésre, hogy miért kell a nemesítőknek folyamatosan új fajtákat kifejleszteniük, dr. Rollie Sears a következő választ adta: „Amikor olyan új fajtákat vezetünk be, melyek például ellenállóak (a kártevőkkel és a betegségekkel szemben), a növényt támadó organizmusoknak két lehetősége marad. Vagy kihalnak, hiszen azzal a növényfajjal nem tudnak többé táplálkozni, vagy genetikai fejlődés során olyan változásokon mennek át, melynek köszönhetően át tudják törni a növények védőpajzsát. Mivel az első lehetőség nem elfogadható, az organizmusok stratégiák egész tárházát vetik be a növények genetikailag kialakított védetségével szemben.

Ha piacra dobunk egy ellenálló fajtát, nem telik sok időbe – a fajta népszerűségétől függően csupán öt vagy hat, talán tíz évbe –, hogy az organizmusok újra képesek legyenek megtámadni azt – mondta a szakember. – Így az egykor még ellenálló fajták újra érzékenyek lesznek, és ez nem csak a hozamukat, hanem minőségüket is befolyásolja.

A másik szempont – folytatta –, hogy évente félvékányi hozamnövekedéstől kezdve akár háromnegyed vékányit is produkálhatunk a nemesítéssel. Például Turkey búzafajtát [a menoniták hozták be Kansasbe 1874-ben] is fogunk aratni a földterületeinken, ez hektáronként átlagosan tizenhat vékányi hozamot ad. És Jaggert is aratunk majd, ami épp mellette nő, és ugyanannyi csapadékot, trágyát, és a talajhoz hozzáadott egyéb anyagot kapott, mégis, a Jagger nagyjából százharminc vékányi búzát fog hozni. Mivel a gazdák vékánként kapják a pénzüket, a lehető legmagasabb hozamú búzafajta termesztésében érdekeltek.”

Frissen sült zsemle fehér búzalisztből (58. oldal), még a sütőpapíron

Zsemle fehér búzalisztból

- Tizennyolc darab 55 grammos zsemléhez
- Elkészítési idő: nagyjából 6 óra, ebből körülbelül 30 perc a tényleges munka

Ezt a receptet azután dolgoztam ki, hogy visszatértem Kansasból egy zsák Hudson Cream fehér búzaliszttal (lásd *Források*, 234. oldal). A fehérbúza íze teljesen más, mint a kemény vörös téli búzáé; érezhetően édesebb, és világosabb a színe, inkább sárgásvöröses, mint sötétbarna. Ezek az egyszerű zsemlek hamar a családom kedvencei lettek, különösen a gyerekeim szeretik, akik pedig általában ódzkodnak mindentől, ami teljes kiőrlésű.

A recepthez kevés kovászt is használok, ami ugyan elhagyható, de mégis erősen javallott. Úgy tapasztaltam, hogy izgalmasabb lesz tőle a zsemle íze, anélkül, hogy különösebben savanykássá válna, ráadásul így jól fel tudjuk használni az öregtésztát. A maradékot befőttessüvegben félretehetjük, és még egy hétig használhatjuk.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE Összeállítjuk a tésztát, és 2 órán át kelni hagyjuk. Megformáljuk a zsemléket, aztán 1½-2 órán át másodszor is kelesztjük, majd körülbelül 25 perc alatt készre sütjük.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA KÉSZÍTÉSE	Fehérítetlen univerzális liszt	2 csésze	300 gramm	50%
	Teljes kiőrlésű fehér búzaliszt	2 csésze	300 gramm	50%
	Porélesztő	1 teáskanál		0,5%
	Langyos víz	1¼ csésze meg 2 evőkanál	435 gramm	72%
	Só	2¼ teáskanál	12 gramm	2%
	Érett, tömör kovász (103–106. oldal)	¼ csésze	60 gramm	10%

kézzel: Összekeverjük a kétféle lisztet és az élesztőt egy nagy tálban, majd hozzáöntjük a vizet. Fakanállal vagy a kezünkkel addig keverjük a hozzávalókat, míg a tészta rendesen összeáll. Letakarjuk, és hagyjuk pihenni (autolízis) 10-20 percig.

A sót és a kovászt – ha használunk – a tésztához gyúrjuk. Kiborítjuk a tálból, és további liszt hozzáadása nélkül 5-10 percig dagasztjuk, míg sima és szívós lesz.

álló mixerrel: Összekeverjük a kétféle lisztet és az élesztőt egy nagy tálban, majd hozzáöntjük a vizet. A tésztadagasztó karral alacsony fokozaton addig keverjük a tésztát, míg összeáll a karon. Ha nem áll össze rajta, hozzáadunk 1-2 evőkanál vizet. Lefedjük a tésztát, és hagyjuk pihenni (autolízis) 10-20 percig.

Hozzáadjuk a sót, és ha használunk, a kovászt, majd közepes sebességen körülbelül 5 percig dagasztjuk a tésztát, míg sima és szívós lesz.

konyhai robotgéppel: A tésztát a fent leírtak szerint kézzel előkészítjük a dagasztáshoz. Kettéosztjuk, és a két felét külön dagasztjuk az acélpengével felszerelt konyhai robotgéppel. 15-30 másodperc dagasztás után kivesszük a gép keverőtáljából, és kézzel dagasztjuk, hogy kicsit kihűljön, és eloszoljon benne a hó. Ezt a két lépést még kétszer megismételjük (vagyis mindkét fél esetében összesen háromszor), vagy míg a tészta nagyon sima és szívós lesz. Végül nem túl sokáig dagasztva összegyúrjuk a két felet.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE

A tésztát olyan fedeles edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Nagyjából 2 órán át kelesztjük, míg könnyű lesz, alaposan megkel, és a térfogatára nagyjából kétszeresére nő, de ne várjuk meg, míg összeesik.

Ez egy lágy tészta.

A ZSEMLÉK FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

Két tepsit kibélelünk sütőpapírral. A tészta tetejét és a munkalapot könnyedén meghintjük liszttel, és kiborítjuk a tésztát az edényből. A felső felületét belisztezzük egy kicsit, majd átfordítjuk a tésztát, hogy a kérges része legyen felül. 18, egyenként 60 grammos egyforma darabja vágjuk. A tészta-darabokból sima felületű labdákat formálunk (*lásd 47. oldal*). Jókora távolságot hagyva köztük elhelyezzük őket a tepsiken, és folpackkal lefedjük. 1½-2 óráig kelesztjük, míg igazán puhák lesznek, és szépen megkelnek.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Nagyjából 30 perccel azelőtt, hogy a zsemle teljesen megkeljen, elrendezünk két rácsot a sütőben, egyiket a felső, a másikat az alsó harmadánál, és minden más rácsot kiveszünk a sütőtérből. 230 °C-ra melegítjük elő a sütőt.

A ZSEMLÉK SÜTÉSE

Ha úgy jobban tetszik, ejthetünk mutatós metszéseket, de ha nagyon megpuhult a tészta, hagyjuk be-metszetlenül. Nagyjából 20-25 percig sütjük a zsemleket, míg mindenütt szép sötétbarnára sülnek. A sütési idő felénél elforgatjuk a tepsiket, és megcseréljük a helyüket a sütőtérben. Az elkészült zsemleket rácson hagyjuk kihűlni.

A TÉLI ÉS TAVASZI, ILLETVE KEMÉNY ÉS LÁGY BÚZA

Kansasban a búza téli takarmány, vagyis ősszel vetik el – Harvey megyében október 1. tájékán –, és nyár elején aratják – Harvey megyében június közepén-végén. Északibb területeken, ahol a telek keményebbek, a búzát tavasszal vetik, és ősszel takarítják be. A kézműves pékek úgy tartják, hogy a kemény, téli búzák a legjobbak a kézműves kenyerek sütéséhez,

mivel alacsonyabb a fehérjetartalmuk. A kemény tavaszi búzák fehérjetartalma általában túl magas (14% feletti) ahhoz, hogy minőségi kézműves kenyér készüljön belőlük, bár keverve időnként használják, hogy felerősítsék a túlságosan gyenge búzát. A keménység arra utal, mennyire nehéz elrágni a búzaszemet – a keményebb búzafajták fehérjetartalma általában magasabb.



ARATÓÜNNEP



Goessel, Kansas

JÚLIUS UTOLSÓ HETÉVEL AZ ARATÓÜNNEP NAPJAI IS BEKÖSZÖNTENEK A KANSAS ÁLLAMBELI GOESSELBE. A fesztivál mennonita hagyomány, a búza aratásának ünnepe. Egy autótól mellett felállított hirdetőtábláról szereztem tudomást a rendezvényről, és azonnal felkeltette az érdeklődésemet, ezért úgy döntöttem, ellátogatok a városba. Így egy forró júliusi szombaton a furcsa kisvárosban találtuk magunkat, ahol az út mentén helyi mennonita családok ácsorogtak, és nézték, ahogy a fél város elhalad előttük a régiségszámba menő traktorok parádéján. A traktorok sofőrjei – fiatal emberek, idős férfiak, nők, fiúk, lányok, sőt még néhány ölbe ültetett csöppség is – büszkén feszítettek járműveiken, mosolyogtak a közönségre és cukrot dobáltak a gyerekeknek, akik kis dobozokkal érkeztek, hogy azokba gyűjtsék az adományt. Néhány felvonuló szokatlan megjelenésű jószágokat terelt maga mellett, egy idősebb házaspár pedig egy felújított, türkizkék Nash Metropolitannal robogott el.

A parádé végeztével a forgalom helyreállt, a nézelődők többsége pedig elindult, hogy sorba álljon a helyi általános iskolában felszolgált, német fogásokból álló ebédért, vagy kint, a piknikasztalok mellett készülő barbecue-ért. Nem csatlakoztunk a sorbanállókhoz, inkább tovább sétáltunk, hogy felfedezzük a fesztivál helyszínét. Egy kipofozott istállóban gyerekeknek szóló kiállítást találtunk, ahol egy kézműves hosszú sörényű hintalovakat készített. A lurkók az egyik állásban tömörültek, ahol a szénával felszórt ketrecekbe zárt nyuszikat, kismalacokat és cicákat simogatták. A sarkon félkörívbe rendezett sorokban álltak a fényes, felújított traktorok. Szalmakalapos férfiak sétálgattak a színes masinák között, dicshimnuszokat zengtek saját gépeikről, és tanácsokkal látták el egymást a felújításukkal kapcsolatban.

A traktorok épülete mögött szállingózó pelyva jelezte, hogy elkezdődött a bemutató aratás. Kisebb tömeg is összegyűlt már a helyszínen. A brigádot vezető Russ Hamm, aki a fesztivált a Mennonita Hagyományőrző Múzeummal együttműködésben szervező „Búza Öröksége” Aratótársaság (Wheat Heritage Engine and Threshing Company) tagja, az egymásra halmozott, széles búzakévék tetején, az úgynevezett kepén állt. A kévék egy régi kocsin feküdtek, Hamm pedig egy régiségnek számító vasvillával hánnya őket a cséplőgéphez. A cséplőgép hosszú, keskeny acélszerkezetből álló masina, ami a kévébe kötött gabonából elkülöníti a tisz-

Szemben: Önkéntes cséplő egy kéve búzát emel fel, mielőtt a cséplőgéphez lökné.
Fent: Nézők a régi traktorok felvonulásán.



ta búzát, és külön halmozza fel a szalmát és a pelyvát. Egy másik férfi azon a fényesre suvickolt traktoron ült, ami egy hosszú, lapos gépszíj segítségével a cséplőgépet hajtotta. Mindeközben a bámeszkodók egy kisebb, magas kerekű kocszi köré gyűltek, és ujjaikat a csúszkán aranyzuhatagként lezúduló, megtisztított búzaszemek áramába tartották.

A cséplőgép mögött elterülő földeken a kansasi McPhersonból idelátogató Herman Richards nézelődik fiával és szőke kisunokájával.

„Az apám családja egy környékbeli cséplőbrigádhoz tartozott – mondja. – Tudja, nem volt belőlük sok arrafelé. Csak néhány családnak volt megfelelő felszerelése, ők jártak körbe a tanyákon és végezték el a munkát mindenkinek.

[A búzát] kévékben állították képékbe, ahogy itt is – meséli a férfi –, ezek a búzakeresztek a földeken álltak. Volt egy brigád, nekik semmi más dolguk nem volt, mint a kévéket összegyűjteni. Mások a gépeket vezették. Megint mások pedig elszállították a búzát a városba, és ott a kévéket a cséplőgépekhez vitték. Mindenkinek megvolt a maga feladata a cséplés idején.

A kocsikat lovak húzták, ha volt valami masina, az gőzgép volt – folytatja az elbeszélést. – A környéken lakó családok együtt dolgoztak egész nyáron, amíg minden tanyán nem végeztek. Elkezdték az egyiknél, és elrendezték az ott felállított kévéket. Kicsépelelték, bevitték a búzát a városba, felhalmozták a tárolókban, aztán továbbálltak a következő tanyához. És ez így ment egész nyáron.”

Délután egy órára meglehetősen tikkadtak voltunk már, ezért az egyik mezőgazdasági épület felé vettük az irányt, ahol antik gőzgép keverte a házi fagyaltot, a szükségesnél jóval nagyobb lendülettel. Egy dollárért csurig töltöttek az embernek egy eldobható poharat a hideg, édes vaníliás finomsággal.

Közben kint a traktorok újból megmártózhattak a dicsőség fényében. Egyesével, sorban végigvonultak a fesztivál területének fő útvonalán, miközben a konferanسیé ismertette legfontosabb adataikat: a tulajdonosuk nevét, a gyártási adataikat és a felújítás részleteit. A kirakott székeket és a sátorral fedett szénabálákat ellepő emberek számából ítélve ez a felvonulás lehetett az ünnepség fő látványossága, amely Kansas állam minden sarkából vonzotta a gazdákat és érdeklődőket.



Mivel a júliusi kansasi nap delelőre hágott, csatlakoztunk egy többnyire idősebbekből álló kis csapathoz a Bevándorlók Házában, ami a fesztivál egyetlen légkondicionált épülete volt. A Mennonita Örökség Múzeuma (Mennonita Heritage Museum) ezen része a terület első telepeseinek, a Kaukázusból érkező mennonitáknak állít emléket. Ők a cár elől menekültek, és 1874-ben megvették a Santa Fe Útépítő Társaság tulajdonában álló olcsó síkságot. A házban vitrinekben őrzik az alapító családok régi fényképeit, ruháit és háztartásuk darabjait.

A nézelődők rokonok nevei, vagy a távoli gyermekkor villanásnyi emlékei után kutattak – amilyen a nagymama sálja, a nagybácsi fényképe vagy az unokatestvér szemüvege.

Az első telepesek házai közül néhányat felújítottak, és a Bevándorlók Háza mögé költöztettek, érdekes kiállítási teret teremtve így a hagyományos lakberendezési megoldásoknak. A Krause család házában az egyik le származott, Judy Unruh férjével, Darell-lel és két lányukkal cibakzsemlét készített – nem pirított piskótát, hanem egyfajta sokáig elálló zsemléfélét, ami leginkább

Szemben balra: Régi traktor a felvonuláson, jobbra: Russ Hamm brigádvezető a cséplőgép nyílása mellett.

Balra fent: Frissen cséplelt búzával teli kocsi, jobbra: Judy Unruh cibakzsemléi (65. oldal), amint a Krause ház ajtajában kelnek.

kilapított pirítósra hasonlít. A világos konyhában egy helytakarékosági okokból eléggé keskeny, de mély tűztérrel épített téglakemence melegítette a ház egyetlen belső falát. Ezeket a kemencéket nem fatüzelésűre tervezték, hiszen fát gyakorlatilag nem lehetett találni a füves pusztaságon, helyette olajos fűfélével fűtötték őket, amelyből igen sok nő az árkokban. Darell figyelt a kemence tüzére, míg Anne Harvey, Judy lánya kicsi, felül búbos zsemléket formált az édesanyja által már korábban meggyúrt tésztából. A konyharuhával letakart, kelő zsemlékkal teli tepsik mellett nagy, ónból készült sajtár állt, tele meleg péksüteménnyel. A süllő cibak illata egész délután vonzotta az embereket, hiszen a zsemlékkal együtt egy pillanatra a múltjukat is megízlelhették.



Judy Unruh esküvői cibakzsemléje

- 35 kisebb zsemléhez, vagy két darab 23 x 13 centis formakenyérhez
- Elkészítési idő: legalább 13 óra, ebből a tényleges munka nagyjából 30 perc

Az esküvői cibak kisebb és édesebb, mint a hétköznapra készített. Judy még aznap – általában vasárnap – megsüti a zsemléket, amikor a tésztát elkészíti, de nekem jobban ízlik, ha a tészta hűtőben pihen két napot, ráadásul így a feladatokat is könnyebb ütemezni.

A zsemlének tömörnek kell lennie, hogy tartsa a formáját, emiatt a tészta is kemény. (Remek formakenyeret lehet sütni belőle, azt a nehezen beszerezhető, tömör, finom szemcsés fajtát, ami nagyszerű szendvicsnek, pirítósnak, croutonnak és szendvicsfalatkának is.) Puhább és sokkal könnyebb lesz a zsemlé, ha tojással készítjük a tésztát.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE Összegyúrjuk a tésztát, és legalább 8 órára a hűtőbe tesszük, aztán kivesszük, és hagyunk neki 2 órát, hogy szoba-hőmérsékletűre melegedjen. Megformáljuk a tésztát, és sütés előtt 2 órában át kelesztjük, majd 30 percig sütjük.

**AKÁR 2 NAPPAL
SÜTÉS ELŐTT
VAGY KORÁN
REGGEL A SÜ-
TÉS NAPJÁN
A TÉSZTA
KÉSZÍTÉSE**

Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
Bármilyen tej	2 csésze	475 gramm	58%
Porélesztő	1 ¾ teáskanál	6 gramm	0,7%
Fehérítetlen univerzális liszt	5 ½ csésze	825 gramm	100%
Kristálycukor	¼ csésze	55 gramm	7%
Só	2 ¼ teáskanál	12 gramm	1,5%
Sózatlan, puha vaj	6 evőkanál	85 gramm	10%
Tojás, elhagyható	2 nagy		12%

Mikrohullámú sütőben vagy egy kis lábosban a tűzhelyen felmelegítjük a tejet. Akkor megfelelő hőmérsékletű, ha buborékok kezdenek formálódni az edény falánál, gőzölög, és érezzük a forralt tej illatát. Hagyjuk kihűlni 41-46 °C-osra, ami egy kellemesen forró fürdő hőmérsékletének felel meg. Hogy gyorsabban hűljön, kiönthetjük vastag cseréptálba. (Azzal, hogy felforraljuk a tejet, denaturáljuk benne a fehérjéket, melyek megtámadnák a sikért; ha kihagyjuk ezt a lépést, a kenyér textúrája durvább és tömörebb lesz.) Az élesztőt a meleg tejbe szórjuk, elkeverjük, és 5-10 percig állni hagyjuk.

kézzel: Egy nagy tálban összekeverjük a lisztet, a cukrot és a sót, majd hozzáadjuk az élesztős tejet, a vajat, és ha használunk, a tojást. Fakanállal vagy kézzel alaposan elkeverjük az egészet. Kiborítjuk a tésztát a tálból, és további liszt hozzáadása nélkül, nagyjából 5-10 perc alatt simára és szívosra gyúrjuk.

folytatás a következő oldalon

álló mixerrel: Egy nagy tálban összekeverjük a lisztet, a cukrot és a sót, majd hozzáadjuk az élesztős tejet, a vaját, és ha használunk, a tojást. Fakanállal vagy kézzel alaposan elkeverjük az egésszet. A tésztadagasztó karral először alacsony, majd közepes fokozaton keverjük a tésztát nagyjából 5 percig, míg sima és szívós nem lesz.

konyhai robotgéppel: A tésztát a fent leírtak szerint kézzel előkészítjük a dagasztáshoz. Kettéosztjuk, és a két felét külön dagasztjuk az acélpengével felszerelt konyhai robotgépben. 15-30 másodperc dagasztás után kivesszük a gép keverőtáljából, és kézzel dagasztjuk, hogy kicsit kihűljön, és eloszoljon benne a hő. Ezt a két lépést még kétszer megismételjük (vagyis mindkét félnél egyenként háromszor). A tésztának nagyon simának és szívósnak kell lennie.

A tészta tojás nélkül kemény, míg tojással készítve lágy és ragadós.

A TÉSZTA HŰTÉSE ÉS ELSŐ KELESZTÉSE A tésztát olyan edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Legalább 8 órára hűtőbe tesszük, de akár 2 napig is ott maradhat. Nagyjából 2 órával a formázás előtt kivesszük a tésztát a hűtőből, hogy felmelegedjen, és befejeződjön a kelesztés.

A SÜTÉS NAPJA A CIBAK FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE Kibélelünk két 46×34 centis vagy négy 25×38 centis tepsit alufóliával, és kevés olajjal megkenjük a fóliát. A kezünket alaposan bevajazzuk. Hogy úgy formáljuk a zsemlét, ahogy Judy is teszi, megfogjuk a tésztát, és kiszorítunk belőle 2 evőkanálnyit, mintha fogkrémet nyomnánk ki a tubusból. A tésztadarabot az egyik fóliával bélelt tepsire tesszük, és ugyanezzel a módszerrel összesen 35 darabot szakítunk le a tésztából. Egyenletesen távolságot hagyva köztük, elrendezzük a kibélelt tepsiken. A mutatóujjunkt vízbe mártjuk, és kis mélyedést alakítunk ki a zsemlék közepén. A maradék tésztából 35 darab kis gombócot szaggatunk – nagyjából $1\frac{1}{2}$ teáskanálnyi méretűeket. A kis gombócokat a nagy gombócok tetején lévő mélyedésbe nyomjuk.

Azok, akik Judynál és lányainál kicsit tapasztalatlanabbak, egyszerűbben is megformálhatják a zsemléket. A felnegyedelt tészta háromnegyedét 35, egyenként 30 grammos darabra vágjuk; a maradék negyedét pedig 35, egyenként 10 grammos darabra osztjuk fel. A nagy darabokat gömbölydeddé formáljuk (47. oldal), a kicsiket pedig gombóccá. A nagyobb darabokat egymástól egyenlő távolságra elhelyezzük a kibélelt tepsiken. A mutatóujjunkt vízbe mártjuk, és kis mélyedést alakítunk ki a zsemlék közepén, és belenyomkodjuk a kis gombócokat.

A kész zsemléket folpackkal lefedjük, és megvárjuk, míg teljesen megkelnek (ilyenkor már ott marad a nyom a tésztában, ha kicsit benyomjuk) – ez nagyjából 2 órába telik.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE Nagyjából 30 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkel, a sütő egyik rácsát a középső sínre tesszük, és az összes többi rácsot kivesszük a sütőtérből. Előmelegítjük a sütőt 180°C -ra.

A SÜTÉS Ha van még annyi tepsink, csúsztassunk egyet-egyet a cibakzsemlével megrakottak alá, nehogy odaégjen az aljuk, majd 25-30 perc alatt süssük a zsemléket szép barnára. Frissen találjuk.



A FORMAKENYÉR FORMÁZÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

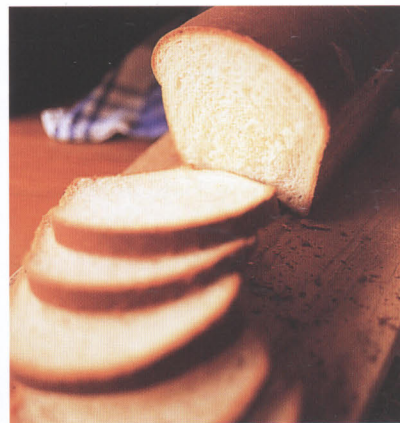
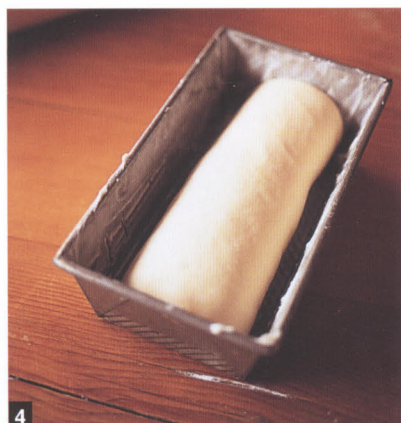
Kivajazunk két 23 x 13 centis sütőformát. A tésztát elfelezzük. Sodrófa segítségével óvatosan kb. 6 mm vékony lappá nyújtjuk az egyik darabot, kipréselve belőle az összes légbuborékot (1. fotó). A tészta két szélét behajtjuk középre, úgy, hogy nagyjából 2,5 centis fedésben legyenek (2. fotó). Újból kinyújtjuk a tésztát, hogy hajtott oldalakat nézve olyan széles legyen, mint a sütőformánk. Bevizezzük a kezünket, és végiglapogatjuk a tésztát,

hogy enyhén ragadós legyen. Ezután feltekerjük, ahogy a szőnyeget szokás, a hajtás nélküli szélétől kezdve (3. fotó). A végén összecsapjuk a széleket, hogy összeragadjanak. A hengernek hosszában pont akkorának kell lennie, mint a formának, de az oldalának nem szabad hozzáérnie a forma falához (4. fotó). Ugyanezt megismételjük a másik tészta-darabbal is. A formákat lefedjük folpackkal, és nagyjából 2 órán át kelni hagyjuk

a tésztát, míg 2,5 centivel túlnő a forma peremén (5. fotó).

Nagyjából 30 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, rácsot helyezünk a sütő alsó sínjére, és kivesszük az összes többi. Előmelegítjük a sütőt 180 °C-ra.

A vekniket sötétbarnára sütjük nagyjából 45-50 perc alatt, a sütés félidejénél elforgatva a formát. A kenyereket kivesszük a formákból, és hagyjuk rácson teljesen kihűlni. Csak ezután szeleteljük fel.





AZ ŐRLŐ MALOMKŐ



A Gray Malom

Adamsville, Rhode Island

A MALOM PADLÓJA FOLYAMATOSAN REMEGETT AZ ALATTUNK ROHANÓ VÍZTŐL. A mély morajlás a bizonyítéka a sodrás erejének. Az Rhode Island államban található adamsville-i Gray Malomban (Gray's Grist Mill) álltunk René Beckerrel, a Hi-Rise Kenyérütő Vállalat (Hi-Rise Bread Company) pékjével és egyben tulajdonosával, illetve ihletőjével, Tim McTague molnárral. Megkoronázandó a délutánt, amely folyamán végigvezetett minket a malom területén, és megismertette velünk a Rhode Island-i málélépény készítésének művészetét, Tim megnyitotta a legendás zsilipkapukat is, pontosabban azt a gátat, ami a malom alatti kis tó vízmennyiségét szabályozza. Ez a megtisztelő gesztus valaha a háromszáz éves malom indítógombjának számított, mivel a malomtóban duzzadó erőt mozgási energiává alakította – ez az energia elég volt, hogy megmozdítsa a forgó vízikereket, ez mozgásba hozza a keréktengelyt, ami elindítja a fő tengelyt. A fő tengely megmozdítja azt a kőtengelyt, ami elindítja a gazdák búzáját végül megőrölő malomkővet forgató buzogányt.

Érkezésünkkor a malom teljes gözzel őrölte René teljes kiőrlésű búzalisztjét. A lisztportól fehér szempillájú Tim egy aknában állt a kövek alatt, hogy ellenőrizze az őrlési folyamatot és megtöltsa a zsákokat a frissen őrölt liszttel. A régi helyiségben minden lisztportól fehérlett, a szarufáktól kezdve a sarokban álló, szárított kukoricacsövekkel teli zsákokig. René azért a kukoricáért, rozsért és búzáért jött, amit Tim őröl neki, de vendégeket és egy palack kitűnő normandiai almabort is hozott, hogy együtt igyuk meg. Hiába, a francia mindenütt francia marad...

Nem egyszerű beszélgetni a malom ritmusos zsvájában, ezért René kívülről is megmutatta a régi malom épületét. Eredetileg a víz ereje hajtotta a rendszert, egy ventilátorszerű eszköz, a vízi forgókerék segítségével, ami a turbina elődjének tekinthető. A malmot évekkel ezelőtt átalakították – a nyugalmazott pék, John Allen Hart jenki találékonysággal rákötötte a fő tengelyt egy ma már régiségnek számító Waterloo Boy traktor motorjára, így azóta gépi erő hajtja a malmot. Johnt ugyanis zavarta a malomtó kiszámíthatatlansága, mivel ahhoz, hogy a víztároló tele legyen, megfelelő mennyiségű esőre volt szükség.

Szemben: Alsó malomkő egy bemutatómalomban, rajta a félig őrölt búzaszemekkel. A gabonaszemek a felső kő közepén található lyukon keresztül jutnak a malomkövek közé. A kövekbe vésett rovátkák a szélek felé terelik a szemeket. Minél közelebb van a szem a kő széléhez, annál jobban szétzúródik.

Fent: Tim McTague a málészájában kukoricalisztet mér kis zsákokba.

Több jármű (beleértve egy régi Buickot és egy 1946-os Dodge teherautót) is szolgált már a malom motorjaként, de ma egy M típusú International Harvester traktor hajtja. Különös, de nem lóg ki a környezetből az épület mögött álló, hosszú gépszíjjal a malomhoz pányvázott masina, ami leginkább egy régimódi húzós játékhoz hasonlít.

Renével a malom alá is bemerészkedtünk, hogy közelebbről is láthassuk a forgó fogaskerekeket és a főtengelyt. A víz legalul folyik, az őrlőhelyiség alatt, és a vízi forgókerék eredeti nyílását sem falazták még be. A kőalapzaton, mely felduzzasztja a malomtóból induló csatorna tározóját, átszivárog a víz, így az egész zug hűvös és békés, pompás búvóhely forró nyári napokon.

Amikor visszatértünk az épületbe, Tim éppen a malomkövek garatjában egyre fogyó búzaszemekben merítette el a kezét. Elmondta, hogy a malmi őrlés egyik legalapvetőbb szabálya, hogy soha nem szabad hagyni a köveket üresen őrlőni, mivel felmelegszene, és akár még szikrázni is kezdetnek, ezzel olyan tüzet okozva, melyben porrá is éghet a malom. A garat a saruba, egy nyitott végű, állítható szögű fadobozba ömleszti a gabonát. A saru tartalma közvetlenül a felső malomkő közepén lévő nyílásba ürül, az áramlás sebessége pedig a saru szögének változtatásával szabályozható.

A forgó felső és a rögzített alsó malomkő egyaránt rovátkolt. A rovasok mintázatát angol negyedelésnek hívják, ez a malomkövek klasszikus mintázata. Ellentétben azzal, amit tippelnénk, a rovasok a felső és az alsó kövön nem ellentétesen, hanem egy irányba futnak. De amikor a felső kő fordul, a rovasok az olló működése szerint metszik el és zúzzák össze a szemeket, ugyanakkor pedig a szélek felé lökik az örleményt.

A felső malomkő egészen kicsit homorú, így a gabonának van helye bejutni a kövek közé, de a szélek felé ez a hely egyre szűkebb. Ahogy a szemek áthaladnak a kövek közt, egyre finomabbra őrlődnek, hiszen egyre inkább összeér a két kő. Ha Tim úgy állítja be a köveket, hogy azok elég közel legyenek egymáshoz, a gabona szó szerint porrá zúzódik, mire kijut közülük.

Egy fából készült szerkezet, egyfajta hordó veszi körül a köveket, ami befedi őket, és egyben összegyűjti a lehulló lisztet. A forgó felső kő külsején van egy kis kar, ami mozgásban tartja a lisztet, így az végül átfolyik a hordó csúszkáján egy folyamatosan rázkódó szűnyoghálóba – ez szintén John egyik találmánya –, ami durván megszitalja. Tim gondosan felügyeli a saruban lévő

gabonát, és amikor elfogy, kirohan a malomból, és leállítja a traktort, vele pedig magát a malmot is.

Tim Johntól tanulta a szakmát, akinek az apja, Roland korábban a Gray Malom molnára volt. John 1916 óta működtette a malmot, és amikor Tim 1982-ben molnárnak állt, John már „kezdet elfáradni”. John nehezen fogadta el Timet, de Tim elkötelezettsége és a kemény munka végül meggyőzte. Tim nagyjából öt éven át inaszkodott nála, mielőtt átvette volna az egész üzletet, és ez idő alatt gyakorlatilag újraépítette az elhanyagolt malmot.

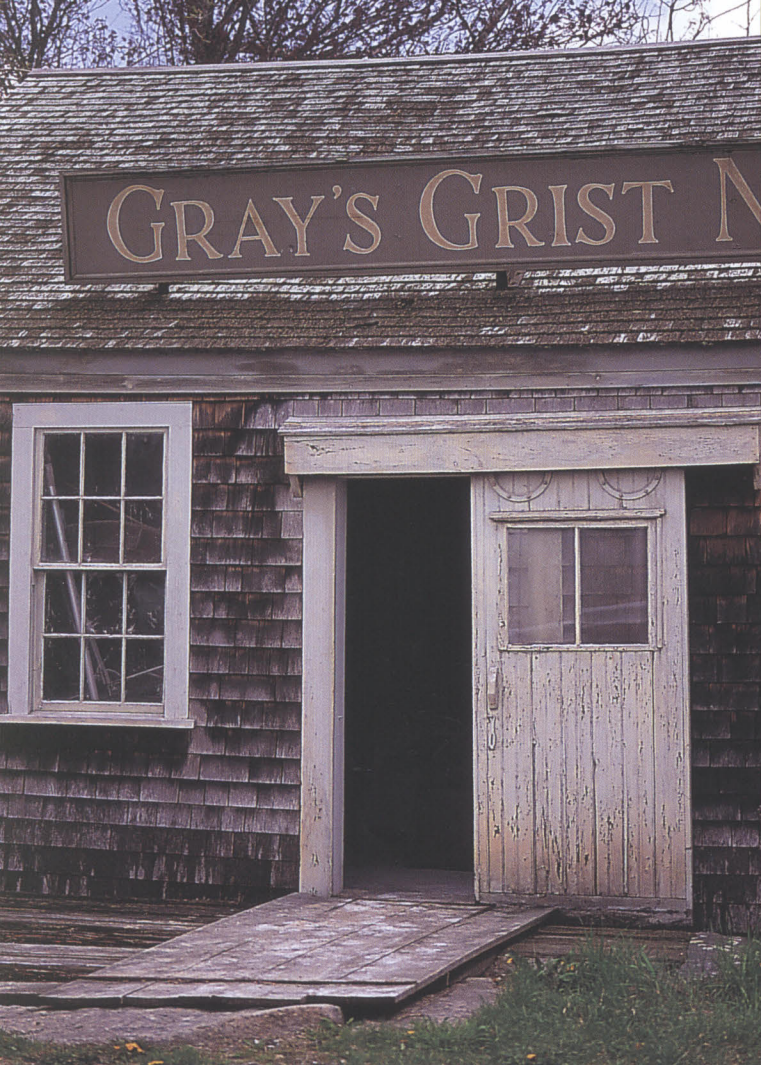
„Nagy tudású ember volt, de a hiányosságaival is tisztában volt, és mindezt nem félt bevallani másoknak. Ő tanított meg, hogyan kell a szakmát rendesen csinálni” – mesélte Tim Johnról.

Ma a felújított malom még mindig híres a Rhode Island-i indián kukorica őrléséről. Tim szerint ez a nagyon régi, gyöngyfehér fajta közvetlen leszármazottja annak a kukoricafajtának, amit a narragansett indiánok nemesítettek ki és termesztettek. Nagyon kevesen foglalkoznak ezzel a fajtával, mert holdankénti hozama igen csekély, de egy öreg gazda, bizonyos Abe Quick a mai napig ilyen természet Timnek. Rhode Island lakói szerint az íze sokkal jobb, mint bármilyen más kukoricáé, és ez a legalkalmasabb kedvenc süteményük, a málélepeny készítésére. Az indián kukorica nagyon kemény, és megőrölve darabos máléliszt lesz belőle. Ezzel szemben a legelterjedtebb és az indiánnál jóval fiatalabb fajta, az úgynevezett lófogú kukorica sokkal puhább és finom szemcsés liszté őrlhető. (Érdekesség: a lófogú kukoricát azért nevezik így, mert száradás közben olyanformán zsugorodik össze, hogy alakja a ló fogára hasonlít.)

René odavan az indián kukorica ízéért, de azért is, amit képvisel.

„Már azelőtt Tim lisztjeit használtam – mondja –, mielőtt megnyitottam volna [a Hi-Rise Kenyérsütő Vállalatot], és tudtam, hogy amikor csak lehetséges, továbbra is azokból szeretnék sütni, mert valóban hiszek az elképzelésben, hogy helyi termelésű, és az évszaknak megfelelő ételmiszert kell fogyasztani. Tim rendelésre őrlő, főleg, ha olyasmiről van szó, mint a kukorica.

Szemben, jobbra fent: A Gray Malom, *balra fent:* gömbölyded indián kukorica a jobb, és összezsugorodott lófogú kukorica a bal kézben. *Balra lent:* Tim McTague molnár az International Harvesteren, a malom motorján ülve, *jobbra lent:* a malom alatt a traktorra erősített gépszíj a főtengelyt hajtja.



Valóban érezhető a különbség az ízében. Én éppenséggel szeretem, még a teljes kiőrlésű búzaliszt esetében is, ha megbújik benne egy kis zöld íz. Szerintem újabb árnyalatot kölcsönöz a kenyér ízének, egyfajta édességet. Ez az édes búza vagy fű íze. Amikor időnként Tim malma elromlott, vagy a traktor nem működött, vagy a tengelyek bedöglöttek, vagy ilyesmi, más malom lisztjét kellett használnom, a vevők mindig észrevették. »Mi történt? – kérdezték. – Ez a sütet nem volt olyan jó.«

A korábban a *Boston Magazin* újságírójaként és étteremkritikusaként dolgozó René még csak másfél éve nyitotta meg látványpékségbe oltott kávézóját a Massachusetts államban fekvő Cambridge-ben, amikor először ott jártam. Gyönyörű hely, az egyik legcsinosabb pékség, amit valaha láttam, ráadásul minden ízletes és házas. Nagy ablakok árasztják el fénnel a területet, ahol a péksüteményeket készíti, a kávézó vendégei pedig végignézhetik a kenyér születését, miközben szendvicüket eszegetik.

Renét teljesen lenyűgözik Tim malmának termékei, és rendszeresen tanácskoznak arról, milyen újfajta kenyérféléket lehetne még készíteni belőlük. De ahogy René üzlete egyre nő, Tim öreg malma jóval a kapacitásán felül dolgozik, Tim pedig aggódik a terhelés miatt. A malomnak két pár malomköve van, az egyik kukoricamáléhoz és liszthez, a másik pedig állatoknak való takarmányok őrléséhez. A második pár kő javíthatatlan, és Tim elmondta, hogy mivel az eredeti fogaskerekek már mind elvesztek, megfizethetetlenül sokba kerülne helyreállítani. A két férfi most egy olyan felújítás tervén dolgozik, ami során nem kellene változtatni az őrlési folyamaton.

Miután René lisztje elkészült, Tim hozzáfoghatott a málélepény készítéséhez. Tim elmondása szerint a málélepény egyfajta tartós kenyérfélének számít New Englandnek ezen a részén, akárcsak a tortilla Mexikóban. Hajdanán mindent málélepénnyel ettek errefelé az emberek, és néhányan a mai napig tartják ezt a szokást. Tim bemelegíti elektromos palacsintasütőjét, és összeállítja a lepény tésztáját. Ő nagyon vékonyan szereti készíteni a málélepényt, szerinte ilyenkor sokkal jobban érezhető a kukorica íze, mint a vastagra sütött lepényeknél; ezért épp csak annyi vizet használ, hogy a kukoricamálé sűrű masszává álljon össze, amit utána tejjel hígít. A tésztából kanálnyi adagokat tesz az forró, olajjal megkent sütőlapra, és a tészta sisteregni kezd. Tim bőven hagy időt a lepényeknek, mielőtt megfordítaná őket, így valóban barnára sülnek. Szerinte ez a jó lepény készítésének egyik legfontosabb trükkje. Néhány perccel később lecsúsztat-





ja az aranylő korongokat a palacsintasütőről, és átnyújtja nekünk. Sózva és összehajtva fogyasztjuk el, majd René finom almaborával öblítjük le. A pihekönnyű, egyszerre puha és ropogós lepényeknek erőteljes, meleg kukoricaíze van. A következő sütet lepényre Tim füstölt lazacot, reszelt lila hagymát, kapribogyót és crème fraîche-t is pakol. Miközben ezek is lecsúsznak az előző adag után, elképzelem, ahogy néhány kőszívű New England-i telepes megfordul a sírjában a dekadencia láttán.

A GLORIA HURRIKÁN ÉS A KISZÁRADT MALOMTÓ

Tim McTague, a Gray Malom molnára ezt a történetet mesélte nekünk a kővel őrlés veszélyeit példázandó:

„Nem hivatalosan ugyan, de én vagyok a tó gondnoka. Amikor érzem, hogy sok vizet fogunk kapni, kiveszek egy deszkát a tóból, kicsit lejjebb engedem a víz szintjét, hagyom, hogy kifolyjon, majd visszateszem a deszkát, a víz meg úgys visszajön oda, ahol lennie kell. Igazából csak a víz szintjére kell figyelni, hogy ne legyen túl magasan. Amikor közeledett a Gloria hurrikán, azt mondták, ömleni fog az eső, és elárasztja az egész partot. Egyébként a '46-os Dodge bizony víz alá került az 1954-es hurrikánban.

Szóval hallgatom ezeket a történeteket, és hallom, hogy jön az özönvízszerű eső, és hasonlók – hát mi mást tettem volna, kinyitottam a gátat, kivettem néhány deszkát, és gyakorlatilag az egész tavat leengedtem. A Gloria hurrikán meg jött, aztán el is ment, de eső egy csepp sem esett. »A tó üres, sajnálom. Kicsit hülyét csináltam magamból, ugye?« Az emberek nem szeretnek kiszáradt tavakat látni. Mindenki azzal jön – és Tim orrhangon folytatja – »Hol a tó? Hol vannak a kiskacsák?«

René Becker pék, és egyben a Hi-Rise Kenyér-sütő Vállalat tulajdonosa a vállán cipel egy zsák lisztet. Következő két oldal: Kukoricakenyerek (76. oldal) a Hi-Rise pultja mögött.





A Hi-Rise kukoricás kenyere

- Két 23 × 13 centis formakenyérhez
- Elkészítési idő: nagyjából 7 óra, ebből 15 perc a tényleges munka

Ez a sárgás színű, a friss kukorica magbelsőjéből és kukoricalisztből készülő kenyér nagyon jó szendvicsekhez és pirítósnak is, mivel pirítva még jobban érződik a kukorica íze. René szerint a jó kenyér titka, hogy a kukoricaliszt és a kukoricamag friss legyen. Ő maga persze a Gray Malom kukoricalisztjét használja, amit bárki megrendelhet postán (lásd *Források*, 234. oldal).

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE Elkészítjük a kovászt, és 2 órán át erjedni hagyjuk; összeállítjuk a tésztát, és 1 ½ órán át kelesztjük. Megformáljuk a kenyeret, 2 órán át másodszor is kelesztjük, majd nagyjából 1 óráig sütjük.

	Kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A KOVÁSZ KÉSZÍTÉSE	Fehérítetlen kenyérliszt	1 ¼ csésze	190 gramm	100%
	Porélesztő	1 ½ teáskanál		2,5%
	Langyos víz	¾ csésze	190 gramm	100%

Összekeverjük a lisztet és az élesztőt egy nagy tálban, majd hozzákeverjük a vizet. Folyós tésztafélét kapunk. Folpackkal szorosan lefedjük az élesztőt, és hagyjuk érni nagyjából 2 órán át, míg nagyon buborékos lesz és megnő a térfogata.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Langyos víz	¾ csésze	160 gramm	31%
	Erjedt kovász			75%
	Fehérítetlen kenyérliszt	2 ½ csésze	375 gramm	73%
	Kövön őrölt sárga, vagy (lehetőleg) fehér kukoricaliszt	1 csésze plusz 2 evőkanál	140 gramm	27%
	Friss kukoricaszemek (1 nagy cső)	kb. ¾ csésze	kb. 115 gramm	22%
	Tojás	2 nagy (plusz 1 a kenéshez)		19%
	Méz	2 evőkanál	40 gramm	8%
	Növényi olaj (René olívaolajat használ)	1 ½ evőkanál	20 gramm	4%
	Só	1 evőkanál	14 gramm	2,7%

A vizet a kovászhoz öntjük, és elkeverjük, hogy kicsit felhíguljon.

kézzel: Nagy tálban összekeverjük a lisztet, a kukoricalisztet és a kukoricát. Hozzáadjuk a vízzel hígított kovászt, 2 tojást, a mézet és az olajat. A kezünkkel addig keverjük ezeket, míg durva tésztává nem állnak össze. Kiborítjuk a munkafelületre, és liszt hozzáadása nélkül, tésztakaparó segítségével meggyúrjuk (dagasztás közben morzsoljuk a kukoricaszemeket a tésztába). Amikor a tészta már lágy és ragadós, hozzágyúrjuk a sót. Nagyjából 2 percig dagasztjuk, míg a só felszívódik, a tészta pedig me-revebb és nagyon sima lesz.

álló mixerrel: Nagy tálban összekeverjük a lisztet, a kukoricalisztet és a kukoricát. Hozzáadjuk a vízzel hígított kovászt, 2 tojást, a mézet és az olajat. A kezünkkel vagy fakanállal addig keverjük ezeket, míg durva tésztává nem állnak össze. A téstadaasztó karral alacsony vagy közepes sebessé-gen addig dagasztjuk a gépben a tésztát, míg jó sima nem lesz, vagyis nagyjából 5 percig (a magok dagasztás közben összetörnek). Hozzáadjuk a sót, és további 3 percig dagasztjuk a géppel, míg a tész-ta szép sima nem lesz.

konyhai robotgéppel: Az acélpengével felszerelt gép keverőtáljában összekeverjük a lisztet, a kukoricalisztet és a kukoricát. A gép pulzáló funkcióját használva néhányszor megkeverjük az alap-anyagokat, hogy elkeveredjenek (a kukoricát így beledolgozzuk a tésztába). Hozzáadjuk a vizezett kovászt, 2 tojást, a mézet és az olajat. Nagyjából 30 másodpercig dolgozzuk a géppel a tésztát, míg gőzölni nem kezd a tál. Kivesszük a tálból a tésztát, és kézzel néhány mozdulattal átggyúrjuk, hogy kihűljön, és a hő is eloszoljon benne. Visszatesszük a tálba, és még háromszor-négyszer 30 másod-percig megdolgozzuk, két szakasz között kézzel dagasztva, míg a tészta nagyon sima és kicsit szára-zabb nem lesz.

Ez egy lágy és ragadós tészta.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE

A tésztát olyan edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Nagyjából 1½ órán át kelni hagyjuk, míg könnyű nem lesz és nagyjá-ból a duplájára nem kel.

A TÉSZTA FORMÁ- LÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

Alaposan kivajazunk két 23 × 13 centis kenyérsütő formát. Az érett tésztát félbevágjuk. Alaposan megszórjuk liszttel a ragadós tésztát, és sodrófával kinyújtjuk az egyik darabot nagyjából 6 mm vas-ragra, közben pedig kiszorítjuk belőle az összes légbuborékot. A tészta széleit egymással úgy 2,5 cen-tis fedésben középre hajtjuk. Újból kinyújtjuk a tésztát, a hajtott széleket számítva olyan szélesre, mint a sütőformánk. Bevizezzük a kezünket, és könnyedén áttapogatjuk a tésztát, hogy kicsit raga-dós legyen. Ezután összetekerjük a tésztát, ahogy a szőnyeget szokás, a hajtás nélküli széltől kezdve. A végén összecsippentjük a széleket, hogy összeragadjanak, és a hengert beletesszük az egyik előké-szített formába, úgy, hogy a tekercs záródása alul legyen. A hengernek hosszában épp akkorának kell lennie, mint a formának, de az oldalának nem szabad hozzáérnie a forma falához. Ugyanezt megis-mételjük a másik tésztadarabbal is. A vekniket szorosan lefedjük folpackkal, és nagyjából 2 órát kel-ni hagyjuk, míg a tészta 2,5 centivel túlnő a forma falán.

A SÜTŐ ELŐ- MELEGÍTÉSE

Nagyjából 30 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, rácsot helyezünk a sütő alsó sínjére, és kivesszük az összes többi fölüle. Előmelegítjük a sütőt 180 °C-ra.

A KENYÉR SÜTÉSE

Felverjük a megmaradt tojást, és megkenjük vele a veknik tetejét. A kenyereket szép barnára sütjük, nagyjából 50-60 perc alatt, a sütés félidejénél elforgatva a formát. Kivesszük a vekniket a formák-ból, és hagyjuk rácson kihűlni.

A Hi-Rise bostoni barna kenyere

- Két hengeres kenyérhez
- Elkészítési idő: nagyjából 1 3/4 óra, ebből a tényleges munka 10 perc

René rájött, hogy neki akkor ízlik legjobban saját sütésű bostoni barna kenyere, ha gőzölés helyett inkább süti, hiszen így nemcsak kevesebbet kell vesződni vele, de a kenyér szerkezete is jobb lesz – ropogósra sül, nem lesz csirizes (nagyon szereti a tészta doboz falán túlnőtt, ropogósra sült részeit). A szárított fekete áfonya René tisztelgése New England előtt, de nyugodtan lehet ribizlivel vagy mazsolával helyettesíteni.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE Összeállítjuk a tésztát, és 1 1/2 órán át sütjük a kenyeret.

A SÜTÉS NAPJA A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE ÉS A KONZERVDOBOZOK ELŐKÉSZÍTÉSE

Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
Sózatlan, puha vaj, a dobozok kikenéséhez			
Fehérítetlen univerzális liszt	1 1/2 csésze	230 gramm	32%
Kövön őrölt fehér kukoricaliszt	2/3 csésze	115 gramm	15%
Teljes kiőrlésű rozsliszt	2 csésze	230 gramm	32%
Teljes kiőrlésű búzaliszt	1 csésze	150 gramm	21%
Sütőpor	1 1/2 teáskanál	7 gramm	1%
Szódabikarbóna	1 evőkanál	15 gramm	2%
Só	1 1/4 teáskanál	6 gramm	0,8%
Világos melasz	1/2 csésze	165 gramm	23%
Bármilyen tej	2 csésze	500 gramm	69%
Szárított fekete áfonya, ribizli vagy mazsola	1 csésze	115 gramm	16%

Egy rácsot a sütő alsó sínjére teszünk, az összes többi pedig kivesszük a sütőtérből. Előmelegítjük a sütőt 150 °C-ra. Bőségesen kivajazunk 2 tiszta, 400-450 grammos kávédobozt, vagy más, körülbelül 10 cm átmérőjű és 13 cm magas tárolóedényt.

A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE

Fakanállal vagy gumispatulával keverjük össze a tésztát, mert túlságosan száraz lenne, ha mixerrel dolgoznánk. Ha mégis mixert használunk, adjunk hozzá még 1/2-1 csésze tejet. Ezenkívül figyelembe kell venni, hogy különböző őrlésű és korú kukoricalisztek máshogy szívhatják magukba a folyadékot, ezért előfordulhat, hogy több tejjel lesz szükségünk. Kancsóban összekeverjük a melaszt és a tejet. Annyi melaszos tejet keverünk a szárazanyagokhoz, hogy sűrű masszává álljanak össze, majd addig keverjük, míg a tészta sima nem lesz. Hozzáöntjük a maradék tejet is, és beleforgatjuk a szárított gyümölcsöt. A tésztát az előkészített dobozokba kanalazzunk; mindkét doboznak nagyjából három-negyedéig kell megkellnie.

A KENYÉR SÜTÉSE

A kenyereket azonnal a sütőbe tesszük. 1 1/2 órán át sütjük, féldőnél megforgatva a dobozokat. A kenyérnek ki kell púposodnia a dobozból, a héjának pedig barnának és ropogósnak kell lennie. A kenyereket még melegen kivesszük a dobozokból, és hagyjuk rácson kihűlni.



A Gray vékony málélepénye molnár módra

- 20-25 lepénykéhez
- Elkészítési idő: kb. 30 perc

Ez a lepény annak a klasszikus Rhode Island-i tartós kenyérfélének a vékonyabb változata, amit egyesek a mai napig esznek reggelihez, ebédhez és vacsorához is. Frissen, egy csipetnyi sóval fogyasztva a maga egyszerűségében is remek étel, de bármivel megpakolhatjuk, bár sok Rhode Island-it a hideg is kirázná a juharszirup használatának gondolatától.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE Elkészítjük a tésztát, és alaposan kiolajozott palacsintasütőben kisütjük a lepényeket.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A PALACSINTA-SÜTŐ FELMELEGÍTÉSE	Kövön őrölt fehér kukoricaliszt, ha lehet, indián kukoricából	2 csésze	315 gramm	100%
	Só	½ teáskanál	3 gramm	1%
	Hideg víz	¾ csésze	175 gramm	56%
	Bármilyen tej	1½ csésze	345 gramm	110%
	Növényi olaj a sütéshez			

Közepes láng felett felforrósítjuk a palacsintasütőt vagy egy öntöttvas nyeles lábost.

A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE

Keverőtálban összekeverjük a kukoricalisztet és a sót. Hozzáöntjük a hideg vizet, és simára keverjük. Hozzákeverjük a tejet, akár többet is az előírtnál, hogy vékony, önthető tésztát kapjunk.

A MÁLÉLEPÉNY SÜTÉSE

Kis olajjal megkenjük a palacsintasütőt. Felkeverjük a tésztát – ugyanis hajlamos leülepedni –, és lepényenként 1 evőkanál tésztát kanalazunk a palacsintasütőre. A tésztának vékony koronggá kell formálódnia. Ha túl vékonynak tűnik, tegyünk még egy teáskanál kukoricalisztet a tésztába. Ha a lepény túl magas, hígítsuk a tésztát egy kis tejjel. A lepényeket 5 percig hagyjuk a serpenyőben, míg az alsó oldaluk sötétbarnára sül. „Várunk, aztán még egy kicsit várunk” – ez Tim tanácsa. Fém spatulával megfordítjuk a lepényeket, óvatosan, mivel nagyon törékenyek, és hajlamosak lera-gadni. Ezt az oldalukat körülbelül csak 1 percig sütjük, míg foltokban barnára sül. Frissen tálaljuk. A palacsintasütőt mindig újból megolajozzuk, és a tésztát is felkeverjük két sütet között.





A HENGER- MALOM

Sziklás-hegység Malomüzem

Platteville, Colorado

BÁRMILYEN MEGKAPÓ ÉS VONZÓ IS A MALOMKÖVEL TÖRTÉNŐ ŐRLÉS FOLYAMATA, Amerikában azért leginkább hengermalomban őrlött lisztből készül a legtöbb kenyér. Kevés kővel őrlő malom szitálja át annyira teljes kiőrlésű búzalisztjét, hogy fehér liszt legyen belőle, ha van ilyen malom egyáltalán. De a kézműves kenyérsütés legfontosabb alapanyaga a fehér liszt, annak előállítására pedig alapvetően a hengermalmok hatáskörébe tartozik. A sütéssel foglalkozó könyvek többsége egy sort sem szán a hengermalmok bemutatására, valószínűleg azért, mert ezek alapvetően ipari létesítmények, és összetett a működésük – de megérdemlik, hogy egy kicsit jobban megértsük őket.

Nem is tudok olyan helyet elképzelni, ami a hengermalommal való ismerkedésre alkalmasabb lenne, mint Lisa és Steve Curran bio hengermalma Platteville-ben, Colorado államban. Övék a Sziklás-hegység Malomüzem (Rocky Mountain Flour Milling). Steve tizennyolc évig tanított malomipari ismereteket a Kansasi Állami Egyetemen, felesége, Lisa pedig gabonakémikusként dolgozott ugyanebben az intézményben. Úgy határoztak, hogy tudásukat és tapasztalataikat egyesítve megépítik álmaik malmát. Steve otthagya az egyetemet, és teljesen véletlenül kapcsolatba került egy mezőgazdasági szövetkezettel, mely befektetésként malmot tervezett építeni Coloradóban. Összerakták a terveiket, maguk mellé állítottak még három befektetőcsoportot, egy termelőszövetkezetet és két gabonáról szövetkezetet, és a malmot Steve elképzelései szerint létrehozták.

Amikor náluk jártam, a malom még csak egy éve üzemelt. Az irodaépületben találkoztunk, ami annak a laboratóriumnak is otthont ad, ahol Lisa a búza minőségét vizsgálja. Mielőtt körbevezetett volna minket az üzem területén, Steve türelmesen válaszolt minden kérdésemre.

A malomban őrlés célja, hogy a búzamatot részekre válasszuk szét – vagyis a korpára, a vörös vagy fehér magtakaróra; az olajos csírára és a magbélre, a mag keményítőben gazdag fehér közepére –, majd a mag belsejét azzá az egészen finom szemcséjű porrá zúzzuk, amit lisztnek hívunk. A malomüzemben a szokásosnál jóval rövidebb őrlési eljárást alkalmaznak, amit Steve fejlesztett ki. Az üzemben tett látogatás során magam is megbizonyosodhattam róla, hogy az új eljárás milyen ügyesen sűríti össze a lisztkészítés eredetileg igencsak hosszadalmas folyamatának elemeit.

A rakodóhelyen kezdtük a sétát, ahova a búza érkezik. A malomüzem közvetlenül a gazdák-



Szemben: A malomból kiszertelt javításra szoruló acélhengerek.

Fent: Steve és Lisa Curran.

tól veszi a búzát, miután Lisa tesztelte a minta minőségét, és jóváhagyta a vásárlást. A búzát egyenesen ide szállítják a biogazdaságokból, aztán gyorsan ellenőrzik, hogy a korábbi minta valóban megegyezik-e a teherautókban lévő búzával. A búzát átrakják a hat, egyenként 60 000 véka térfogatú tárolótartály egyikébe, és ott tárolják az őrlésig.

Ezután átsétáltunk a tisztítóba, amely másik épületben van, mint maga a malom, hogy így elkerülhető legyen a további szennyeződés. Amikor a búza megérkezik a malomüzembe, nagyon szennyezett: tele van pelyvával, gyommagvakkal, babbal és más idegen anyagokkal, amiket gyűjtőnéven eltávolítható szennyeződésnek hívunk. A hulladék eltávolítása meglepően fáradtságos munka, a különféle szennyeződéseket különböző eljárással kell elkülöníteni a búzától. Víz nem használnak, hogy a búza olyan szárazon kerüljön a tárolóba, amennyire csak lehet.

A búzát egy csőrendszer juttatja fel a tárolóktól a tisztító épületének harmadik emeletére, ahol egy sor tisztítási műveletnek vetik alá, miközben lefelé halad az emeletek között. Az egyik gépezet a kavicsokat válogatja ki, a másik a könnyű és nehéz anyagokat, mint a búzaszem hüvelye és a babszemek, külön gépek különítik el az idegen magokat, és van egy, ami a fémdarabokat távolítja el. Amikor minden szennyeződéstől megszabadították, még át is súrolják és -csiszolják a búzát, hogy a port és a piszkot is eltávolítsák a szemekről. Mindezek után pedig különálló, tiszta tárolótartályokba teszik, hogy ott várja az elegyítést és a hőkezelést.

A malom épülete, ahol az elegyítés és a hőkezelés történik, nagy és zajos, nyáron pedig nagyon meleg. Mégis szükség légkondicionálóra, mert senki sem dolgozik itt huzamosabb ideig; ehelyett számítógépek felügyelik és szabályozzák az áramlást. Miután Lisa meghatározta a használandó búzakeveréket, a tároló különböző tartályaiból a búza a malom melletti hőkezelő keverőjébe kerül. A búzához vizet adnak, hogy egyformán nedves legyen minden szem, ez kemény búzánál általában 15-16,5%-os nedvességszintet jelent. A búza ezután legalább 10-12 órát pihen, hogy a víz átjárhassa a magot. A lágyításnak köszönhetően a korpa megfelelően nedves lesz, ezért nagyobb pikkelyekben válik le a szemről ahelyett, hogy apró száraz szemcsékben tenné ezt, ezenkívül a víz a magbelsőt is fellazítja és megpuhítja; így könnyebb lesz a liszthez szükséges apró szemcsékre bontani.

Amikor kész a lágyítás, a búza is készen áll az őrlésre. A búza többlépcsős őrlési eljárásan megy keresztül, míg fehér liszt lesz belőle. A lépések során őrlik a pépet – így nevezik a búzát attól a pillanattól kezdve, hogy bekerül a malomba –, illetve különválogatják a lisztet, a korpát, a

dercét és a darát. Az utóbbi két fogalom a pép azon részeit jelöli, melyeket további őrlésnek kell alávetni.

A malomüzemnél az első hengerpárt, amin a lágyított búza átmegy, előtörő hengernek hívják. Két nagy nehéz, vasötvözetből készült hengerről van szó, mindkettő 23 cm átmérőjű és 1 méter körüli hosszúságú. A henger a búzaszemet lapos pehellyé préseli össze, így tisztábban válik szét a korpa és a csíra, és több liszt nyerhető ki a későbbi töretések során, mint ahogy a citromból is több levét tudunk kifacsarni, ha előtte kis nyomást alkalmazva végiggörgetjük a pulton.

A sorban következő hengerpár a törőhenger, ennek elemei ugyanolyanok, mint az előző páré, de a felületük finoman barázdált. A barázdáknak szabályos mintázata van, erről magam is meggyőződtem, kezemet végigfuttatva egy használaton kívül lévő hengerpáron. A törőhengert azért hívják így, mert a búzaszemet nagyobb darabokra töri szét, a korpa nagyobb pelyheit lenyesi, a magbelsőt pedig szilánkokra darabolja.

Steve kinyitotta az első hengerpárt takaró ajtót, és simítóvésőjét, egy fém spatulaféleséget a sebesen forgó hengerek közé dugta (a hengerek percenkénti 400-500 fordulatot sebességgel mozognak). A kiemelt pép durva és épp csak meleg, nagyjából 29,5 °C-os. A következő állomás a pép útján az első szítálás. Ami átjut a szítán, az a liszt; ami marad, továbbmegy a következő hengerpárhoz. Steve azt szereti, ha ebben a stádiumban a pép rengeteg korpát tartalmaz, mivel az „alápárnázza” a magbelső szilánkjait, és így megvédi attól, hogy a következő, és egyben utolsó hengerpár összeverje őket. Végül a pépet újból átszítálgják, így minden nagyobb korpadarabot és a liszt nagy részét is kinyerik belőle.

Steve elmondta, hogy a malmában készülő lisztek közül ez a legjobb minőségű – a búzaszem közepéből származik, és az utolsó pár hengernél nyerik ki a pépből. A maradék pépből még származhat liszt, de az korpásabb, és több benne a sérült keményítő, ez pedig a gyengébb minőség jele. Hogy az utolsó adag lisztet is kinyerjék a búzából, a pépet két pár őrlőhengeren bocsátják át, amiket azért hívnak így, mert eredetileg az lenne a feladatuk, hogy a tisztított magbelsőt lisztté őröljék. Ezek a hengerek ugyanolyanok, mint a törőhengerek, de a felületük sima, nem barázdált. Az első és a második őrlés után is átszítálgják a pépet, így választva szét az enyhén barnás lisztet. Azt, ami nem jut át az utolsó szítán, vagyis a dercének nevezett nagyon apróra őrölt korpát a malomüzem a korpával keverve haszonállatoknak való tápként adja el.

Az őrlési procedura végére négy különféle lisztet kapunk. Az első kettő a legfehérebb, ezek a törőhengerek közül kerülnek ki, az utolsó kettő, ami az őrlőhen-

gerek terméke, sötétebb. A malomüzem mind a négy őrlmény felhasználásával állítja elő a teljes kiőrlésű búzalisztet. A nagyobb malmokban, ahol jobban szét tudják választani az egyes részfolyamatokat, a fehérebb őrlményeket felárral, finomított lisztként külön árulják. A megmaradt sötétebb színű őrlményt gyakran használják rozs- és búzakenyerekhez.

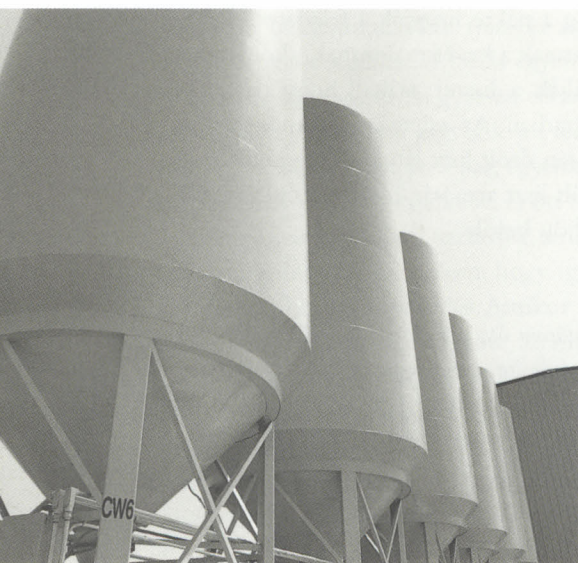
A malomüzemnél a kész lisztet az áruraktárba szivattyúzzák, ahol még egyszer átszitálják, majd zsákokba csomagolják, és szállításig tárolják. A malomból frissen kapott liszt még „forró”, vagy „zöld”, és nem süthető belőle azonnal jó minőségű kenyér. A lisztnek oxidálódnia kell, ezt a folyamatot a legtöbb malomban mesterségesen idézik elő kálium-bromáttal, ami rákkeltő

anyag, néhol pedig a pékre hagyják a feladatot. A malomüzem egyike annak a kevés malomnak, ahol természetes úton oxidálják a lisztet azáltal, hogy tíz napig tárolják az áruraktárban. Az egymásra halmozott zsákokban tárolt, frissen őrlt liszt látványa lenyűgöző – a sok törődéssel őrlt liszt arra vár, hogy egészséges, tápláló kenyér készüljön belőle.

Megjegyzés: Látogatásom óta a Bay State Mills malomipari vállalat részben felvásárolta a malomüzemet, és így társ lett az ügyvezetésben. Steve és Lisa úgy döntöttek, hogy nem maradnak az üzemnél, és ma mindketten a General Millsnél dolgoznak.



A Sziklás-hegység Malomüzem Alpine lisztjének nyitott zsákja



A KICE HENGERSZÉK FELTALÁLÁSA

Steve a Kansasi Állami Egyetem malomipari előadójaként dolgozott, a világ egyetlen olyan egyetemén, ami egy egész malomipari és gabonakémiai tanszékkel rendelkezik, ezért folyamatosan keresték meg a legkülönbözőbb felkérésekkel. A világ fejlődő országaiból érkező kérések különösen nagy kihívást jelentettek, mert számolni kellett ezen országok csekély erőforrásaival. Steve rájött, hogy a tanácsok, melyeket fejlett országok molnárainak ad, nem válnak be a fejlődő országok molnárainak, hiszen az ő céljuk, hogy elég lisztet állítsanak elő „az emberek táplálásához”, a fehérség náluk legfeljebb másodlagos szempont.

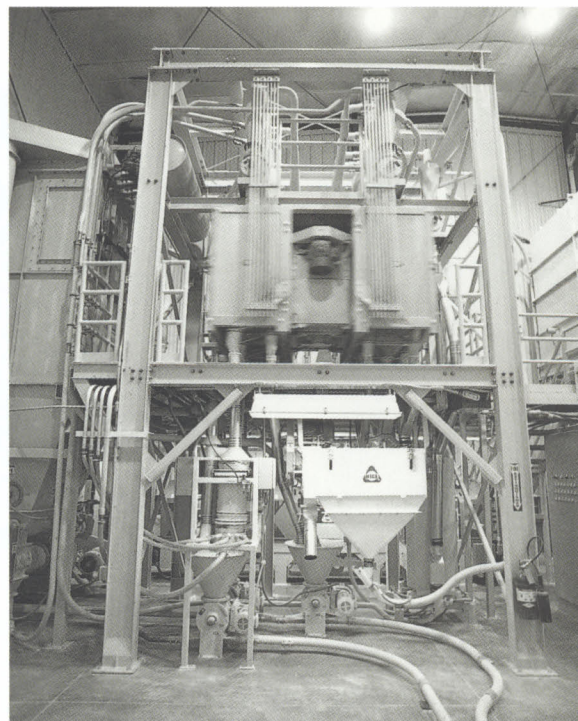
Míg kísérleti malmában az előtörő eljárás tökéletesítésén fáradozott, Steve felfedezett egy módszert, ami szerinte hasznos lehet a fejlődő országok molná-

rai számára. Az egyszerű előtörés során a búzaszemek csak egészen kicsit lapulnak ki a két sima henger között, mielőtt a törőhengerbe kerülnek. A szemet alig változtatja meg ez az eljárás, de az eret rajta kisimul. Steve megpróbálta szűkíteni az előtörő hengerek közti távolságot, hogy azok valóban szétlapítsák a magot, ahelyett, hogy csak gyengéden összenyomnák, de rá kellett jönnie, hogy így az őrlési folyamat minden további lépésének egyensúlya megváltozik. Ez az egy lépés valamiért alapjaiban változtatja meg a mag szerkezetét.

Steve hitte, hogy jó úton jár, ezért úgy döntött, megpróbálja levédetni az ötletét. Emlékezett, hogy Jack Kice, a mezőgazdasági eszközöket gyártó Kice Industries alapító testvérek egyike beszélt arról az álmáról, hogy épít egy olyan malmot, ami célszerűbben használható a fejlődő országokban; éppen ezért eredményeivel felkereste Tom

Kice-t, a Kice Industries akkori elnökét, aki mellesleg Jack Kice unokaöccse. Steve úgy gondolta, hogy felfedezése lehetővé teszi egy sokkal egyszerűbb hengersizék megépítését, amiben kevesebb-szer kell örölni a gabonát, ezért sokkal kisebb az eszköz- és energiaigénye, mint általában a malmoknak. Kice lelkesedett az ötletért, és beleegyezett, hogy támogassa a további kutatásokat.

Steve visszatért laborjába, és megtervezte a hengersizék egy kisebb prototípusát. Ebben az előtörő hengerpár ki-lapítja a gabonaszemeket, majd az így megtört gabona két pár törőhengeren megy át a szokásos öt helyett. A rendszerből hiányzik az a tisztítógépezet, ami általában a korpát fújja ki az örleményből, és az első két henger után a rendszerben maradt dara feldolgozását két őrlőhenger fejezi be a szokványos hét-tíz helyett. Steve arra számított, hogy bár olcsó, de nagyon gyenge minő-



ségű lesz a végeredmény. Legnagyobb meglepetésére a hengerszék által őrölt első adag liszt egész jó minőségű lett.

Kice lelkesen finanszírozta a teljes nagyságú prototípus megépítését is, ami még az előzőnél is jobb lisztet produkált. Úgy tűnt, minél nagyobb a prototípus, annál jobb az eredmények. Steve teljesen összezavarodott. A malomiparban az a vélekedés tartotta magát, hogy nem lehet ennyi lépést kihagyni az őrlési eljárásból, és ezzel együtt továbbra is jó minőségű lisztet előállítani. Miként lehetséges ez?

Steve visszatért a kutatáshoz, és sikerült magyarázatot találnia arra, hogy lehet az ő malmában őrölt liszt „legalább olyan jó, vagy még talán jobb is, mint a hagyományos rendszerben őrölt lisztek”. Kiderült, hogy az előállított liszt 65-70%-a a törőhengerek közül került ki. A hagyományos, hosszabb hengeralmi őrlési folyamat során csak nagyon kevés liszt keletkezik a törőhengereknél; szán-

dékosan úgy vannak megtervezve, hogy a magbelső nagy szilánkokban kerüljön ki közülük. Mindig a búzából először kinyert liszt a legtisztább és a legkevésbé sérült, mivel ez van kitéve a legrövidebb feldolgozási folyamatnak, és nagyobb valószínűséggel származik a búzaszem közepéből. A liszt legjobban az őrlőhengeres fázis során sérül, de mégis ebben a szakaszban állítják elő a legtöbbet belőle.

A Kice hengerszékben a liszt nagy részét az őrlési eljárás korai szakaszában nyerik a búzából, még mielőtt a dara az őrlőhengerek közé kerülne. Úgyis mondhatnánk, hogy a Kice hengerszék gyengébben bánt a búzával.

A Steve által épített hengerszék mindenki várakozásait felülmúlta, ezért Kice haszonbérletbe vette a technológiát a Kansasi Állami Egyetemtől, és megjelent a malomipar szereplői közt. Mára már huszonegy Kice hengerszék üzemel a

Szemben fent, balra: A feldolgozásra váró búzát tároló tartályok, középen: Steve Curran, kezében a törőhenger közül kikerülő péppel, jobbra: Steve ellenőrzi, hogyan kerül az őrlemény a folyamatosan mozgásban lévő szitálóba.

Fent balra: Az áruaktárban a szállítás előtt több mint egy hétig érő liszt, jobbra: a Kice hengerszék

világ különböző országaiban, köztük a legújabb, a Sziklás-hegység Malomüzem a coloradói Platteville-ben (83–85. oldal).



Steve a forgó hengerek közé dugja simítóvésőjét, hogy mintát vegyen az első hengerpár által megtört búzából

KIŐRLÉSI FOK

A hengermalommal történő őrléssel kapcsolatban fontos fogalom a kiőrlési fok, ami azt jelzi, mennyi lisztet állítanak elő a búzából. A molnárok jellemzően a búzaszem 7%-át tudják fehér lisztté őrlölni; ez a 72%-os kiőrlésű liszt. A teljes kiőrlésű liszt, melyből semmilyen alkotórészt nem távolítanak el, 100%-os kiőrlésű liszt. A kézműves pékek gyakran a magasabb kiőrlési fokú lisztet részesítik előnyben – ezekben több a korpa és a csí-

ra –, mivel barnábbak, és erősebben érezhető rajtuk a búza íze. A 85%-os kiőrlésű liszt színe meleg aranybarna, az íze telt, 95%-os kiőrlés esetén csak a korpa csekély részét távolítják el az őrleményből, így a liszt majdnem olyan sötét, mint a teljes kiőrlésű liszt. Thom Leonard pék (lásd 141. oldal) a 95%-os kiőrlésű lisztet édes, erőteljes ízéért szereti, mely azonban nélkülöz minden csersavas csípősséget, amit egyébként a korpa legkülső rétege kölcsönözne a lisztnek.

Az Essential édes perrinje (körtés kenyér)

- Két 500 grammos kenyérhez
- Elkészítési idő: kb. 18 óra, ebből 30 perc a tényleges munka

Az Essential Sütőipari Vállalat egy hitelesítetten biotermékekkel dolgozó nagykereskedelmi cég Seattle-ben. Őket az éjjeli műszak alatt látogattam meg. Az alapító és egyben pékmester George DePasquale Glenn Mitchellnél, a Grace Pékségben tanulta a mesterséget a kaliforniai Albanyben, onnan tette át székhelyét a folyamatosan növekvő seattle-i piacra, megalapítva saját, különleges termékeket előállító péküzemét. George minden kenyéréből pakoltatott nekem egy mintadarabot, ezek közül az itt bemutatott kettő ízlett a legjobban.

Az egyik cégtárs lánya után elnevezett édes perrint szándékosan úgy találták ki, hogy egy karácsonyi ajándéksomagra emlékeztessen, még raffiával is át van kötve. Friss körte, füge és mogoró gazdagítja az összetett tésztát, mely élesztős előtészta, rozs és kétféle liszt felhasználásával készül.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐESTÉJE: Összegyúrjuk az előtésztát, és beáztatjuk a rozstöretet. 12 órán át állni hagyjuk. **MÁSNAP REGGEL:** Összeállítjuk a tésztát, és 3 órán át kelesztjük. Megformázzuk a tésztát, nagyjából 1 1/2 órán át másodszor is kelesztjük, majd körülbelül 40 percig sütjük a kenyeret.

	Előtészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE AZ ELŐTÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Porélesztő	1/4 teáskanál		(összességében 0,06%)
	43-36 °C-os víz	1 csésze		
	Fehérítetlen, lehetőleg bio kenyérliszt	1 csésze plusz 3 evőkanál	175 gramm	100%
	Langyos víz	3/4 csésze	175 gramm	(összességében 117%)

Az élesztőt a meleg vízbe szórjuk, elkeverjük, és 5-10 percig állni hagyjuk. A lisztet kiöntjük egy tálba. Két evőkanál élesztős vizet a liszthez adunk (a maradék vizet kiönthetjük), majd hozzákeverjük a langyos vizet. A folyós tésztát szorosan lefedjük folpackkal, és egy éjszakán át, körülbelül 12 óráig erjedni hagyjuk, míg a felszíne ráncos és habos lesz.

	Áztatott rozs	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A ROZS BEÁZTATÁSA	Rozstöret	1 evőkanál plusz 1 teáskanál	17 gramm	100%
	Víz	2 evőkanál plusz 1 teáskanál	17 gramm	100%

A rozst és a vizet tálba öntjük és alaposan elkeverjük. A tálat gondosan lefedjük folpackkal, és éjszákára, 12 órán át a rozst ázni hagyjuk.

folytatás a következő oldalon

A SÜTÉS NAPJA
A TÉSZTA
ELKÉSZÍTÉSE

Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
Korpás bioliszt vagy fehérítetlen kenyérliszt	2 csésze	300 gramm	88%
Teljes kiőrlésű búzaliszt	¼ csésze	40 gramm	12%
Porélesztő	¼ teáskanál		0,2%
Előtészta			112%
Áztatott roz			10%
Langyos víz	½ csésze	120 gramm	35%
Körtés bébiétel*	⅓ csésze	80 gramm	23%
Só	2¼ teáskanál	12 gramm	3,5%
Fahéj	½ teáskanál		0,5%
Szegfűbors	½ teáskanál		0,5%
Nagyon kemény, ropogós körte, pl. Bosc vagy Anjou, hámozva, kimagozva, és 1 cm-es darabokra vágva	¾ csésze	115 gramm	33%
Szárított Calimyrna füge, szárazva és bő 1 centis darabokra vágva	½ csésze	60 gramm	17%
Enyhén pirított, hámozott mogyoró**	6 evőkanál	60 gramm	17%
Kezeletlen kötőzőraffia, díszítésnek			

* Az Essential körtesűrítményt használ, amit nem tudtam beszerezni, de a bébiétellel sikerült megoldani a helyettesítését.

** A mogyorót kis tepsiben, 175 °C-os sütőben világosbarnára, illatosra pirítjuk. A még meleg szemeket konyharuhával át-dörzsöljük, hogy eltávolítsuk a héjukat.

kézzel: Összekeverjük a kétféle lisztet az élesztővel egy nagy tálban. Hozzáadjuk az élesztős előtészta, az áztatott rozst, a vizet és a körtés bébiételt, majd simára keverjük a tészta. A tálal lefedjük folpackkal, és pihenni hagyjuk (autolízis) 20-30 percig.

A tészta kiborítjuk a munkafelületre, hozzáadjuk a sót és a fűszereket, majd addig dagasztjuk, míg sima és lágy nem lesz, de nem túl ragacsos. A tészta tapintása szárazabb lesz, amikor teljesen meg van dagasztva. Hozzágyúrjuk a körtét, a fügét és a mogyorót úgy, hogy egyenletesen osztódjanak el a tésztaiban.

álló mixerrel: Összekeverjük a kétféle lisztet az élesztővel a gép keverőtáljában. Hozzáadjuk az élesztős előtészta, az áztatott rozst, a vizet és a körtés bébiételt, majd simára keverjük a tészta. A tálal lefedjük folpackkal, és pihenni hagyjuk (autolízis) 20-30 percig.

A tésztahoz adjuk a sót és a fűszereket. A tésztagasztó karral közepes fokozaton 5 perc alatt simára dagasztjuk a tészta. Kivesszük a tészta a tálból, és kézzel hozzádagasztjuk a körtét, a fügét és a mogyorót úgy, hogy egyenletesen osztódjanak el a masszában.

konyhai robotgéppel: A kétféle lisztet, az élesztőt, a sót és a fűszereket az acélpengével felszerelt robotgép keverőtábjába tesszük, és pulzáló fokozatra állítva néhányszor összekeverjük a hozzávalókat. Hozzáadjuk az élesztős előtésztát, az áztatott rozst, a vizet és a körtés bébiételt a száraz hozzávalókhöz. A tésztát addig dolgozzuk a gépben, míg a tál gőzölni kezd, vagyis nagyjából 30 másodpercig. Kivesszük a tálból, és röviden átgúrnuk, hogy hűljön. Addig dagasztjuk a tésztát felváltva géppel és kézzel, míg sima, erős és kicsit száraz tapintású nem lesz. Kézzel hozzágúrnuk a körtét, a fügét és a mogorót.

Ez egy lágy tészta.

- A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE** A tésztát olyan edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Nagyjából 3 órán át hagyjuk kelni, míg levegős nem lesz, és alaposan megkel, de még nem egészen duplájára az eredeti méretének.
- A TÉSZTA GÖMBÖLYÍTÉSE ÉS PIHENTETÉSE** Liszttel meghintjük a tésztát és a munkafelületet, és kiborítjuk rá a masszát. Félbevágjuk a tésztát; mindkét darabnak 560 grammosnak kell lenni. Könnyedén legömbölyítjük a két tésztadarabot (29. oldal), és mindkettőt lazán beburkoljuk folpackkal, majd pihenni hagyjuk nagyjából 10-15 percig.
- A TÉSZTA FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE** A két tésztadarabot feszes, kerek cipóvá formáljuk (46. oldal). A tésztaszélek illesztését szorosan összenyomjuk, és a cipókat illesztett felükkel lefelé egy-egy kis darab, péklapátra vagy süteményes tepsi-re helyezett sütőpapírra tesszük. Lazán rájuk kötjük a beáztatott raffiaszalagot, mintha ajándékot csomagolnánk; néhány ujjnyi helynek kell lennie a szál alatt. A cipókat gondosan lefedjük, és nagyjából 1½ órán át kelesztjük, míg alaposan megnőnek, de a tészta még rugalmas, nem marad mélyedés rajta, ha benyomjuk.
- A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE** Legalább 45 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkel, a sütő egyik rácsát a második sínre tesszük, és sütőkövet helyezünk rá. Minden más rácsot kiveszünk a sütőből, és 190 °C-ra előmelegítjük.
- A KENYÉR SÜTÉSE** Közvetlenül sütés előtt megtölthetjük a sütőt gőzzel (30. oldal). A kenyereket a papírral együtt a forró kőre csúsztatjuk, és vízzel töltött kézi permetezővel vagy kerti permetezőpisztollyal gyorsan befűjük. A kenyereket nagyjából 40 percig sütjük, míg sötétek és mindenütt egyenletesen barnák lesznek. A sütés félidejénél elforgatjuk a kenyereket. Miután készre sültek, hagyjuk rácson kihűlni.





Balra: Az Essential Kolumbia kenyere (94. oldal). Fent: Az Essential édes perrinje (89. oldal).

Az Essential Kolumbia kenyere (Falusi jellegű franciakenyér)

- Két hosszú, 625 grammos kenyérhez
- Elkészítési idő: kb. 24 óra, a tényleges munka nagyjából 20 perc

A seattle-i Essential Sütőipari Vállalatnál (The Essential Baking Company) dolgozó George DePasquale a meleg színek és ízek kedvéért egy kevés teljes kiőrlésű búza-, illetve rozslisztet és árpamalátát kever (nem diasztatikus árpamalátát, aminek nincsenek aktív enzimejei, és csak édes ízért használják; bioboltokban juthatunk hozzá) az egyszerű, de sokoldalú falusias kenyér tésztájához. A malátának köszönhetően mélybarna héjat kapunk, a kenyér bele pedig szép lyukacsos lesz. A nevét a Kolumbia folyóról kapta.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐESTÉJE: Nyolc-tizenkét órával a tészta elkészítése előtt összeállítjuk a kovászt, és érni hagyjuk. **MÁSNAP REGGEL:** Elkészítjük a tésztát, és kelni hagyjuk 4-6 órán át. Megformázzuk a tésztát, és 3½-4½ órán át kelesztjük, majd nagyjából 40 perc alatt készre sütjük a kenyeret.

	Kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE A KOVÁSZ ELKÉSZÍTÉSE	Érett, kemény kovászos előtészta, a sütés előtt 103-106 órával felfrissítve (103-106. oldal)	2 evőkanál plusz 1 teáskanál	30 gramm	20%
	Langyos víz	7 evőkanál	95 gramm	63%
	Fehérítetlen, lehetőleg bio kenyérliszt	1 csésze	150 gramm	100%

A kovászos előtésztát egy tál vízben feloldjuk. Hozzáadjuk a lisztet, és simára gyúrjuk a merev tésztát. Először nagyon kemény lesz, de előbb-utóbb ki fog simulni. A kovászt lefedett edénybe tesszük, és 8-12 órán át kelni hagyjuk, míg teljesen feljön, és leereszt, ha összenyomjuk.

	Öregtésza	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Fehérítetlen, lehetőleg bio kenyérliszt	2 csésze	300 gramm	45%
	Fehérítetlen, lehetőleg bio univerzális liszt	2 csésze	300 gramm	45%
	Finom szemcsés teljes kiőrlésű búzaliszt	⅓ csésze	55 gramm	8%
	Finom szemcsés, teljes kiőrlésű rozsliszt	3 evőkanál	15 gramm	2%
	Pirított búzacsíra	3 evőkanál	20 gramm	3%
	Árpamaláta (nem diasztatikus malátaszirup)	1 evőkanál	20 gramm	3%
	Langyos víz	2 csésze	450 gramm	67%
	Érett kovász			41%
	Só	1 evőkanál plusz ¼ teáskanál	16 gramm	2,4%

kézzel: Összekeverjük a négyféle lisztet és a búzacsírát egy nagy tálban. Beolajozott evőkanállal kimérjük a malátát, és feloldjuk a vízben. A szirupos vizet a lisztes keverékre öntjük, és kézzel vagy fakanállal addig keverjük, míg a tészta összeáll. A tálát lefedjük folpackkal, és 20-30 percig pihenni hagyjuk (autolízis).

Kiborítjuk a tésztát a munkafelületre, hozzáadjuk a kovászt és a sót, és nagyjából 10 perc alatt simára gyúrjuk.

álló mixerrel: Összekeverjük a négyféle lisztet és a búzacsírát a gép keverőtáljában. Beolajozott evőkanállal kimérjük a malátát, és feloldjuk a vízben. A szirupos vizet a lisztes keverékre öntjük, és kézzel vagy fakanállal addig keverjük, míg a tészta összeáll. A tálát lefedjük folpackkal, és 20-30 percig pihenni hagyjuk (autolízis).

Hozzáadjuk a tésztához a kovászt és a sót, majd a tésztadagasztó karral közepes fokozaton nagyjából 15 perc alatt simára dagasztjuk.

konyhai robotgéppel: A tésztát konyhai robotgépben is megdagaszthatjuk, de ehhez ketté kell osztanunk. A szárazanyagokat, a sót is beleértve, összekeverjük egy tálban. Beolajozott evőkanállal kimérjük a malátát, és feloldjuk a vízben. A szirupos vizet a lisztes keverékre öntjük, hozzáadjuk a kovászt, majd kézzel vagy fakanállal addig keverjük a hozzávalókat, míg a tészta összeáll. Nem kell pihentetni a tésztát.

Félbevágjuk a tésztát, és az egyik felét az acélpengével felszerelt robotgép keverőtáljába tesszük. A tésztát nagyjából 30 másodpercig dolgozzuk a géppel, míg a tál gőzölni kezd. Kivesszük a tésztát, és kicsit átgyúrjuk, hogy lehűtsük. Addig ismételtetjük ezt a két lépést, míg a tészta sima és erős nem lesz. A tészta másik felét is az elsőhöz hasonlóan dagasztjuk meg a géppel. Kézzel összegyúrjuk a két darabot.

A tésztának simának, száraznak és tömörnek kell lennie.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE ÉS HAJTOGATÁSA

A tésztát olyan edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Egy órán át kelni hagyjuk. Egyszer áthajtogatjuk (28. oldal), majd további 3-5 órán át kelesztjük, míg könnyű lesz, alaposan feljön, de még nem nő a duplájára.

A TÉSZTA GÖMBÖLYÍTÉSE ÉS PIHENTETÉSE

Liszttel meghintjük a tésztát és a munkafelületet is, majd kiborítjuk rá a masszát. Két 690 grammos darabra osztjuk, majd a két darabot könnyedén legömbölyítjük (29. oldal). A darabokat lazán lefedjük folpackkal, és 10-15 percig pihentetjük.

A TÉSZTA FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

A tésztából két 25 cm hosszú bâlard-t, vagyis vaskos baguette-et formálunk (29. oldal). A tésztaszélek illesztésével lefelé lenruhába vagy vászonnal bélelt kelesztőkosárba tesszük. A kenyereket beburkoljuk folpackkal, és 3½- 4½ órán át kelesztjük, míg alaposan megkelnek, de ha ujjunkkal könnyedén megnyomjuk, még rugalmasnak érezzük a tésztát.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Legalább 45 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, a rácsot a sütő második sínjére tesszük, és sütőkövet helyezünk rá. Minden más rácsot kiveszünk a sütőtérből, és 220 °C-ra melegítjük elő a sütőt.

A KENYÉR SÜTÉSE

Óvatosan sütőpapírra tesszük a kenyereket, olyan messzire egymástól, amennyire csak a sütőkő lehetővé teszi (ha túl közel kerülnek egymáshoz, szét fognak „robbanni”, vagyis felreped az oldaluk ahelyett, hogy szépen szétnyílna a vágásnál). Mindkét kenyéren 5 bemetszést ejtünk úgy, hogy mindegyik az előtte levő vágás közepének magasságában kezdődjön. A kenyereket a papírral együtt a forró kőre csúsztatjuk, és gyorsan befűjük vízzel töltött kézi permetezővel vagy kerti permetezőgéppel. Ha még több gőzt szeretnénk, résnyire nyitjuk a sütő ajtaját, bedugjuk a permetezőgép szórófejét a nyílásba, és egy percig permetezzünk vizet a sütőtérbe. A kenyereket 35-40 percig sütjük, félidőnél elforgatva őket. A cipók akkor vannak készen, amikor mindenütt egyenletesen sötétbarnára sülték. Rácson hagyjuk kihűlni.

A KENYÉRSÜTÉS



FORTÉLYAI



Gömbölyített és pihentett tészta, amely már csak a végső formálásra vár. Aaron Weber pék épp a ragadós tésztát fejt fel az asztról tészta-kaparó segítségével.



ISMERKEDÉS A KOVÁSSZAL

Pearl Pékség

Portland, Oregon



A PORTLANDI GREG MISTELL HIHETETLENÜL SIKERES PÉK, aki tudatosan lépett vissza karrierjében, rendbe tette a Delphina's Pékséget, majd vezetését átadta gyermekeinek – ez volt az utolsó a sok nagyobb kézműves pékség közül, melyekhez köze volt. Helyette inkább nyitott egy kicsi, meghitt sarki üzletet, ahol a hangsúlyt a jó minőségű kenyérre helyezte. A Pearl (vagyis Gyöngy), mely nevét arról a történelmi negyedről kapta, ahol Portlandben áll, valódi kis ékszer.

Egyik hétfő reggel látogattam el a pékségbe. Greg egy süteményekkel teli doboz mögött állt, és egy adag tésztát tett a sütőbe, én pedig közben cseverészem és segítetttem neki megtalálni elveszett pengéjét, és együtt ellenőriztük a kenyereket. Még azt is engedte, hogy néhányat én metsszek be a baguette-jei közül. Később a nap folyamán alkalmam volt megfigyelni, hogyan készítik a Pearl pékjei a diós kovászos franciakenyeret, az olasz gyümölcskenyeret és az fügés-ánizsos paninít, a pékség három ízletes kovászos kenyérféljét.

Míg mi dolgoztunk, kinn minden asztal foglalt volt, folyamatosan jöttek-mentek a vendégek, barátok és kollégák. Az egyik vendég a pult mögé lépett, és a helyhiányról panaszkodott. A hölgy nem talált két üres széket, így nem tudta nyugodtan elfogyasztani reggeli kávéját és péksüteményét.

Greg és eredeti üzlettársa saját kezűleg újították fel az egykori nyomdát, és a renoválás során megőrizték annak vastag tetőgerendáit és hatalmas fakeretes ablakait. A falakat mély padlizsánszínűre és kekizöldre festették, a magas helyiséget ragyogó színű csillárokkal világították be. Greg hátul alakította ki a sütésre alkalmas nagy helyiséget, és remek légkondicionáló rendszerrel szerelte fel.

Először 1993-ban találkoztam Greggel a Calvel professzor által tartott szemináriumon, melyet az Amerikai Pékek Céhe (Bread Baking Guild of America) szervezett a Gasztronómiai Intézetben New Yorkban, a Hyde Parkban. Azért mentem el, hogy magától a mestertől sajátíthassam el a legtrükkösebb franciakenyér-féle, a kovászos kenyér (pain au levain) készítésének titkait. Greg imád utazni és tanulni, tulajdonképpen csak a móka kedvéért volt ott. Pár évvel később újból találkoztunk, ezúttal az Ecole Française de Boulangerie d'Aurillac-ban, egy francia pékiskolában, ahol szintén az Amerikai Pékek Céhe rendezett tanfolyamot. Ketten sétáltunk egy öreg dűlőúton, amikor Greg bevallotta, minden eddigi sikere ellenére igazából csak arra vágyik, hogy nyithasson egy „helyes kis” pékséget. Úgy tűnik, a Pearl-lel valóra váltotta az álmát.

Szemben: Ebédre csalogató – egy tálcányi szendvics a Pearl Pékségben.

Fent: Greg Mistell, a Pearl Pékség alapítója.

KOVÁSZOS KENYEREK

Ha sütésről van szó, úgy tűnik, semmi sem ragadja meg úgy az emberek fantáziáját és kelti fel kíváncsiságukat, mint a kovász. Apró, rejtélyes, ki tudja, honnan származó organizmusok táplálkoznak és szaporodnak a konyhapultunk közepén egy befőttesüvegben – hát mi lehetne ennél izgalmasabb? Még akkor is, amikor a kezdeti lelkesedés már alábbhagy, a pékek dédelgetve őrzik kovászos előtészta darabjait (néha évtizedekig is), hogy készítsék, kelesszék utánozhatatlan ízű, kiváló portékájukat.

A kovászos előtészta tulajdonképpen három különböző organizmus tenyészetéből áll: tejsavtermelő baktériumokból, tej- és ecetsavtermelő baktériumokból és kovászélesztőből. Ha megtanuljuk, hogyan teremtsünk egyensúlyt a három csoport különböző igényei közt, minden addiginál finomabb kenyeret fogunk tudni sütni.

A kovászos előtészta olyan tésztaféle, melyen kovászélesztő és baktériumok telepedtek meg (ezeket együttesen mikroflórának hívjuk). Legfontosabb jellemzője a savassága. A kovászos előtészta pH-értéke jóval alacsonyabb, mint egy élesztővel kelesztett tésztaféle, éppen a baktériumok miatt. A kovász legfontosabb

baktériuma a *Lactobacillusok* törzsébe tartozik, bár más baktériumokat is azonosítottak benne. A *Lactobacillusok* egyszerű cukrokat erjesztenek, és salakanyagként primer savakat választanak ki. A *Lactobacillusok* egyes fajtái szinte csak tejsavat termelnek, míg mások a tejsav mellett kevés ecetsavat (vagyis ecetet) is kiválasztanak. Az ecetsav és a tejsav aránya, illetve általános savasság határozza meg a kovászos termék alapvető ízét.

A kenyér savasságának és az ecetsav/tejsav arányának szabályozása a kovászos kenyérítés művészetének egyik legfontosabb része. A francia kovászos kenyér, a *pain au levain* a világ egyik legnagyobb méretű kenyérféléje, mely az amerikai kézműves pékeket is gyakran megihleti. Ha jól készítik, a francia kovászos kenyér összetett, de harmonikus íze csak mérsékelt savanykás, nem olyan erőteljesen savas, mint a San Franciscó-i kovászos kenyér. Hogy többet tanulhassak a *pain au levain* bakteriológiai összetételéről, felkerestem dr. Richard-Molard francia mikrobiológust és gabonakémikust, aki az INRA-nál, az USA Mezőgazdasági Minisztériumának francia megfelelőjénél dolgozik, és a kenyér ízének egyik legelismerettebb francia szakértője.

Elmagyarázta, hogy a kiegyensúlyozott kovászos ízhez tejsav-

nak és ecetsavnak is lennie kell a tésztában. A német pékek megvannak róla győződve, hogy az egy a négyhez ecetsav–tejsav arány a legmegfelelőbb, de a franciák nem ennyire precízek, ők megelégszenek azzal a megállapítással, hogy szükség van egy kevés ecetsavra. Ha csak ecetsav van a tésztában, nagyon durva és ecetes lesz az íze, ha csak tejsav, a kenyér „olyan semmilyen” lesz, mert a tejsav sokkal enyhébb és kevésbé érezhető. A valódi, megfelelően kovászos aromához a két sav kiegyensúlyozott egyidejű jelenlétére van szükség.

Érdekes, hogy különböző körülmények más-más savak termelődésének kedveznek. A tejsavat termelő *Lactobacillusok* 35-40 °C-os hőmérsékletet, és a folyós tészta szerű élesztőanyagokat kedvelik. A 20 °C körüli hőmérséklet és a kemény, kenyértészta állagú élesztőanyagokat az olyan *Lactobacillusok* szeretik, melyek ecetsavat és tejsavat is kiválasztanak.

Dr. Richard-Molard arra is rámutatott, hogy az ecetsavak viszonylag lassan alakulnak ki a tésztafélékben. Tejsav sokkal nagyobb mennyiségben termelődik, ezért gyorsabban kialakul a tésztában. Sok pék határozottabb savanykás ízeket szeretne elérni, ezért hűtőbe teszik, vagyis „viszatatartják” a tésztát egy éjszaká-

ra, mivel a hosszabb kelési idő és a hideg növeli annak ecetsavtartalmát. Akik enyhébb ízeket szeretnének, folyékony anyagokkal kelesztik a tésztát, és nem késleltetik az érését, még a begyúrás napján megsütik a tésztát.

Minden élesztőgomba érzékeny a savasságra, és nem erjeszti meg rendesen a tésztát, ha a környezet túl savas. De minden élesztő esetében létezik az a savszint, amit még eltűr, így némelyik fajtájuk kovászos előtészta-ban is képes tenyészni. Több különböző élesztőgombát azonosítottak élesztőanyagokban szer-te a világon, de meglepő módon a legelterjedtebb élesztőgomba-féle a *Saccharomyces cerevisiae*, ugyanaz a faj – mégha nem is teljesen ugyanaz az alfaj –, mint ami a boltokban kapható kész élesztőben is megtalálható.

Némelyik élesztőfélében csak egyféle élesztőgomba és egyféle baktérium él, másokban pedig több. A leghíresebb amerikai kovászféle, a San Franciscó-i kovászos előtészta egyféle élesztőgom-bát tartalmaz, amit ma *Candida milleriként* azonosítanak (eredeti-leg *Torulopsis holmii*ként sorolták be, ami a *Saccharomyces exiguus* egyik alfaja), és egy baktériumfé-lét, a *Lactobacillus sanfranciscót*. Az élesztőfélék többségében az élesztőgomba és a baktérium ver-seng egymással a szénhidrátokért,

de a San Franciscó-i kovászos élesztőben az élesztőgomba a szokásos cukrokat fogyasztja, a malátacukor kivételével, míg a baktérium csak a maltózon tenyészik. Úgy tartják, a táplálék felosztásának ez a különleges módja az, ami a szimbiózis stabi-litását adja.

A kovászos élesztő egyik legna-gyobb rejtélyének továbbra is az a kérdés tűnik, hogy honnan származnak az élesztőgombák és a baktériumok. Sokan úgy vélik, a konyha levegőjéből kerülnek a tésztába, de ők a fától nem ve-szik észre az erdőt: nevezetesen a lisztet vagy a gyümölcsöt, ahonnan minden elindul.

A kovász mikroflórája termé-szetes környezetben a gabonaszeme-ken vagy a gyümölcsök héján tenyészik, kinn a földön vagy a gyümölcsösben. A mikroflóra va-lószínűleg a repülő és mászó ro-varok révén kerül a termésre, hi-szen az organizmusok eredetileg a földben tenyésznek. Termé-szetesen a különböző termőterü-leteknek és a különböző ter-méseknek más és más összetételű mikroflórája van, ez az oka, hogy a világ különböző részein a ková-szos élesztők mikroflórája más és más. Franciaországban gyakori, hogy az élesztőanyagot mazsola, alma, vagy bármilyen más, olcsón beszerezhető gyümölcs segítségével erjesztik meg. Egyes amerikai

pékek szőlővel indítják be a ko-vász erjedését. Persze mire ez az élesztőanyag késszé válik arra, hogy a kenyértészta-ba kerüljön, már alig, vagy egyáltalán nem érezhető rajta a gyümölcs íze.

Calvel professzor, a francia pék-mester szívesebben készíti pain au levainhez kovászt gabonaszemekel, mint gyümölccsel. Ezt azzal indokolja, hogy ez a mikroflóra eleve jobban illeszkedik a tésztá-hoz, és természetesebb kenyérízt fog eredményezni. Kovászos élesztő készítésére a rozs a legalkalma-sabb, ezt a németek már évszázadok óta tudják. A rozsszemek felületén a kovázkészítéshez ide-ális élesztőgombák – köztük a *Candida crusei*, a *Pichia saitoi*, a *Torulopsis holmii*, és természetesen a *Saccharomyces cerevisiae* – által alkotott réteg található. Mivel ezek az organizmusok min-dig a gyümölcsök vagy gabonaszeme-kek külsején tenyésznek, a kor-pát is tartalmazó teljes kiőrlésű liszt sokkal gazdagabb mikroflórá-ban, mint a fehér lisztek, melyek-ben kevés a korpa. Ez természetesen nem azt jelenti, hogy a fehér liszt steril, de kevesebb organiz-mus él benne, vagyis a fehér liszt-tel készülő kovász lassabban fog megerjedni, mint ami teljes kiőrlé-sű lisztből készült.

Spare levain.
when you change
this, keep 1 lb.
it, add 1 lb. of
1 lb. Flour. H_2O
out for a few hours let sit
before you put it away

Francia stílusú kovász

- 100 gramm kovászos előtésztahoz
- Elkészítési idő: 7-14 nap, nagyjából 10 perc tényleges munkával

A receptet követve kemény, francia stílusú kovászos előtészta (franciául *chefnek* nevezik) készíthetünk, amit eredetileg a pain au levain, vagyis a francia kovászos kenyérhez használnak, de felhasználható bármilyen kovással erjesztett tésztánál. A kovász először nagyon kemény, akár egy darab agyag, de egyre puhább és ragadósabb lesz, ahogy erjed. Véleményem szerint otthoni használatra ez a kovászféle alkalmasabb, mint a hagyományos kovász, mert sokkal könnyebb megállapítani, hogy elég aktív-e a felhasználáshoz: Akkor használható, ha 8 óra vagy akár még kevesebb idő alatt a négyszeresére nő a térfogata. Vagyis az ¼ csészényi kovásznak legfeljebb 8 óra elteltével az egész csészét meg kell töltenie. Ha csak a duplájára vagy triplájára nő, vagyis a csészét csak feléig vagy háromnegyedéig tölti meg, fel kell frissíteni.

Rozsliszttel készítjük, mert a rozs természetes módon nagy létszámú élesztőgomba- és baktériumtenyészetet tartalmaz. A lényeg, hogy addig kell továbbtenyészteni a rozsliszttben található élesztőgombákat és baktériumokat – a mikroflórát –, míg megfelelő lesz a sűrűségük az anyagban. Az először erjesztett tészta jellemzően 3, majd 2 napig érlelődik; ezután újabb 2 nap következik, aztán 1 nap, majd 18 óra, azután 12 óra, végezetül pedig 8 óra (ha összeadjuk, kijön 10 nap). Másképp fogalmazva, a frissítések közti időintervallumokban a kovász fokozatosan kisebb lesz, míg végül a mikroflóra-tenyésze eléri a megfelelő nagyságot.

Egy dolgot azonban senki nem tud előre megjósolni, mégpedig a sikeres frissítések közt eltelt pontos időt, és azt, hányszor kell felfrissítenünk a tésztát ahhoz, hogy a kovász teljesen aktívvá váljon. Tapasztalataim szerint 7, de akár 14 napig is eltarthat a dolog. Télen, amikor a konyha hidegebb, akár 2 hétbe is beletelhet, míg a kovász alkalmassá válik a kenyértészta kelesztésére.

Látni fogjuk, hogy csak nagyon kevés kovászra lesz szükségünk. Ennek oka, hogy a recept követésével olyan erős és aktív élesztőanyagot készíthetünk, hogy elég, ha csak nagyon keveset használunk belőle.

folytatás a következő oldalon

	Első kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
AZ ELSŐ NAP AZ ELSŐ KOVÁSZ ELKÉSZÍTÉSE	Langyos víz	½ csésze	100 gramm	100%
	Teljes kiőrlésű rozsliszt	¾ csésze	100 gramm	100%

A vizet és a rozslisztet összekeverjük egy nem érzékeny anyagból készült tálban, és szorosan lefedjük folpackkal, vagy áttesszük zárható üveg vagy műanyag tárolóedénybe. Nagyjából 2 napig állni hagyjuk. Először buborékos lesz, szörnyen fog kinézni és a szaga is kellemetlen, aztán leülepedik. Ekkor lehet felfrissíteni.

	Második kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A HARMADIK NAP A MÁSODIK KOVÁSZ ELKÉSZÍTÉSE	Fehérítetlen univerzális liszt	¾ csésze	100 gramm	100%
	Erjedt első kovász			200%

A lisztet az első kováshoz keverjük, ami így kemény tésztává áll össze. Áttesszük egy tiszta tárolóedénybe, ami nem érzékeny anyagból készült. Szorosan lefedjük folpackkal, és erjedni hagyjuk 1-2 napig. Amikor már nagyon ragadós, és tele van apró buborékokkal, kész az újabb frissítésre. Szaga ilyenkor alig van, és csak egy kicsit, vagy lehet, hogy egyáltalán nem nő meg.

	Harmadik kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
AZ ÖTÖDIK NAP A HARMADIK KOVÁSZ ELKÉSZÍTÉSE	Erjedt kovász	¼ csésze	60 gramm	66%
	Langyos víz	3 evőkanál	45 gramm	50%
	Fehérítetlen kenyérliszt	¾ csésze	90 gramm	100%

Kimérjük a szükséges mennyiséget az erjedt kovászból, a maradékot pedig kidobjuk. A kovászt feloldjuk vízben, majd hozzáadjuk a lisztet, és kemény tésztává keverjük. A tálát szorosan lefedjük folpackkal, és a tésztát 1-2 napig erjedni hagyjuk, míg ragadóssá válik, és kicsit felfújódik.

Egy nap elteltével a kováson még nem látszik, hogy erjedne. De a szaga nagyon savanyú, és ha belisztezett ujjal felnyitjuk, láthatjuk, hogy a belseje ragacsos, nyúlós és pici buborékoktól rücskös.

HATODIK- HETEDIK NAP

Készítünk egy negyedik kovászt is a harmadiknál leírt lépéseket követve. Szorosan lefedjük folpackkal, és 18-24 órán át kelni hagyjuk, míg kicsit megnő, tele lesz apró buborékokkal, és nagyon ragacsossá válik. Ez a kovász éppoly gyanúsán fog kinézni, mint a harmadik.

A HÁTRALÉVŐ NAPOK

A kovászos előtésztát újból és újból felfrissítjük a harmadik és negyedik kovász készítése szerint – mindig megvárva, hogy teljesen felfújódjon, és utána elkezdjen összeesni –, míg végül a kovász képes az eredeti térfogata négyszeresére nőni 8 óra vagy még kevesebb idő alatt, az illata pedig felerősödik és kellemessé válik. Ehhez még háromszor-négyszer kell felfrissíteni a kovászt, mindig egy kicsivel kevesebb idő elteltével. A kovászos előtészta így végül kész lesz a használatra. Akármennyig eltartható és újra frissíthető; a 105. oldalon olvasható utasításokkal teljesen visszaállíthatjuk a száraz kovászt.

A KÉSZ KOVÁSZOS ELŐTÉSZA FELFRISÍTÉSE

Kész tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
Érett kovászos előtésza	1 ½ teáskanál	10 gramm	10%
Langyos víz	1 evőkanál plusz 2 teáskanál	25 gramm	60%
Fehérítetlen kenyérliszt	⅓ csésze	45 gramm	100%

Kimérjük a szükséges mennyiséget a kovászból, a maradékot pedig kidobjuk, vagy eltesszük egy későbbi kenyérhez. A kovászt feloldjuk vízben, aztán hozzáadjuk a lisztet, és viszonylag kemény tésztává keverjük. Szorosan lefedjük folpackkal, és 8-12 órán át erjedni hagyjuk. A végeredmény körülbelül ⅓ csésze (80 gramm) tészta lesz. Ennek 8 óra alatt 1 ½ csészényi térfogatra kell nőnie.

A frissítési eljárást akkor alkalmazzuk, ha 12 óránként frissítendő kovászt szeretnénk kapni (a profik 8 óránként frissítik a kovászukat). A kész kovásznak nagyon keménynek kell lennie, hogy alacsony maradjon a pH-értéke, ne tudjon túlságosan összeesni, és elegendő anyag legyen benne a mikroflóra táplálásához a következő frissítésig.

A kovászos előtésztát szinte végtelenségig tárolhatjuk a hűtőben. Én szeretem egy-két órányi erjedés után azonnal hűtőbe tenni a kovászt. Jó 4 hónapos hűtőben tartás után még mindig vissza tudtam állítani, teljesen visszanyerte az erejét. (Rita Yeazel segítőm a tesztelésben egy 18 hónapig a hűtőben tartott kovászdarabot is életre tudott kelteni.) A régi kovászos előtésza megszürkül, és tiszta folyadékot választ ki, de ez teljesen normális. Hogy visszatérítsük a rendes kerékvágásba, a kovászos előtésztát a fent leírtak szerint háromszor-négyszer felfrissítjük (1 ½-2 napon át, 12 óránként), míg újra képes kevesebb, mint 8 óra alatt megnégyesíteni a térfogatát. Ezután újra használható.

PALACSINTATÉSZA ÁLLAGÚ KOVÁSZ ÁTALAKÍTÁSA KEMÉNY KOVÁSSZÁ

Előfordul, hogy az ember más miatt már erjeszt otthon folyékony állagú kovászt, amit szívesen átalakítana kemény kovászos előtésztává, hogy ezekben a receptekben használhassa – ezt az alábbi egyszerű módon tehetjük meg.

Kemény kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
Erjedt folyékony kovász	1 evőkanál	15 gramm	30%
Langyos víz	1 evőkanál	15 gramm	30%
Fehérítetlen kenyérliszt	⅓ csésze	50 gramm	100%

A folyékony kovászt feloldjuk a vízben, hozzáadjuk a lisztet, és kemény tésztává gyúrjuk. Szorosan lefedjük folpackkal, és kelni hagyjuk 8-12 órán át. Így nagyjából ⅓ csésze (80 gramm) tésztát kapunk. Ennek kevesebb, mint 8 óra alatt 1 ½ csészényi térfogatra kell nőnie. Ha nem kel fel ennyire, gyengére sikerült, ezért még néhányszor frissíteni kell, hogy elég erős legyen. Ehhez egyszerűen követni kell a kész kovászos előtésza felfrissítésére vonatkozó utasításokat.

folytatás a következő oldalon

ÉLESZTŐ HASZNÁLATA KOVÁSZOS RECEPTBEN

Sok hobbipéket elrettenthet a kovászos előtészta elkészítésének, gondozásának és használatának gondolata. Aki magára ismer, nyugodjon meg. Bármilyen kovászos receptet lehet módosítani élesztőssé. A kenyérnek ugyan nem lesz olyan összetett íze, lágy belseje és nem áll el olyan sokáig, mint a valódi kovászos kenyér, de ettől még ugyanúgy finom lesz.

A recept módosításakor kis mennyiségű élesztőt használunk a kovászhoz, és kihagyjuk belőle a kovászos előtészta. A kovászhoz (nem a kész tésztához) $\frac{1}{8}$ teáskanál élesztőt adunk minden csésze (150 gramm) liszthez (ez 0,3% élesztő). Úgy is csinálhatjuk, hogy feloldunk $\frac{1}{4}$ teáskanál élesztőt $\frac{1}{4}$ csésze meleg vízben, és aztán minden csésze (150 gramm) liszthez 2 evőkanállal adunk ebből az élesztős vízből a kovászhoz. Például ha a kovászhoz $\frac{1}{2}$ csésze liszthez van szükség, 1 evőkanál élesztős vizet adunk hozzá (így $\frac{1}{16}$ teáskanál élesztő kerül bele). Vigyázni kell, hogy annyival kevesebb vizet használjunk a kovászhoz, mint amennyi élesztős vizet adunk hozzá.

A kovászt, ami gyakorlatilag most már inkább élesztős előtészta, 2-3 órán át érni hagyjuk, míg eredeti térfogatának másfélszeresére nő, majd egy éjszakára a hűtőbe tesszük, hogy készre érjen. Hagyjuk felmelegedni szoba-hőmérsékletűre, mielőtt hozzáadnánk a készülő tésztához. Az előírások szerint folytatjuk a recept elkészítését – nem szükséges ennél több élesztőt adni a tésztához. Lehet, hogy az élesztős verzióknak a receptben leírt első és második kelesztési időnél kicsit kevessebbre lesz szüksége.

Ha nehezen tudjuk elképzelni, hogyan működik ez a módszer, lapozzunk a 215. oldalra a Royal Crown tortanoreceptjéhez, melynek készítése során szintén ezt az eljárást alkalmazom.

A Pearl diós kovászos franciakenyere

- Két 500 grammos kenyérhez
- Elkészítési idő: legalább 21 óra, nagyjából 20 percnyi tényleges munkával

Egyszerű pain au levain, egy kis dió hozzáadásával. A körtétől a tészta tömörebb lesz, mint más, a kenyőben használt alapanyagoktól, ezért számítsunk rá, hogy a kenyér szerkezete a szokásosnál tömörebb, a formája pedig feszesebb. A pékségben 11,5%-os fehérjetartalmú lisztet használnak, a King Arthur univerzális lisztel megegyező típusút. A receptben kenyérliszt és univerzális liszt keverékével helyettesítem ezt a fajtát, de ha be tudunk szerezni King Arthurt, használjuk csak azt a kétféle fehér liszt helyett.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐTTI NAP REGGELE: Felfrissítjük a kovászos előtész-
tát (ha eddig a hűtőben tároltuk, 2 nappal sütés előtt fogunk hozzá a felfrissítéséhez, amit legalább há-
romszor ismételünk meg). **A SÜTÉS ELŐESTÉJE:** Összeállítjuk a kovászt, és egy éjszakán át érni hagy-
juk. **MÁSNAPO REGGEL:** Összeállítjuk a tésztát, és hagyjuk kelni 4 órán át. Megformáljuk a tésztát, majd
körülbelül 3 órán át kelni hagyjuk. A kenyeret körülbelül 45 perc alatt készre sütjük.

	Kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE A KOVÁSZ ELKÉSZÍTÉSE	Érett, kemény kovászos előtészta (103–106. oldal), sütés előtt 8 órával felfrissítve	1 evőkanál	15 gramm	20%
	Langyos víz	3 evőkanál	45 gramm	60%
	Fehérítetlen kenyérliszt	½ csésze	75 gramm	100%

A kovászos előtészta feloldjuk vízben. Hozzáadjuk a lisztet, és a különösen kemény tésztát vi-
szonylag simára gyúrjuk. Fedeles tárolóedénybe helyezzük, és egy éjszakán, vagyis nagyjából 12 órán
át érni hagyjuk, vagy míg négyszeresére nem nő, és ha finoman megnyomjuk, leereszt.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Fehérítetlen kenyérliszt	2 csésze	300 gramm	43%
	Fehérítetlen univerzális liszt	2 csésze	300 gramm	43%
	Világos rozsliszt	½ csésze	50 gramm	7%
	Teljes kiőrlésű búzaliszt	½ csésze	50 gramm	7%
	Langyos víz	2 csésze	455 gramm	65%
	Só	1 evőkanál plusz ¼ teáskanál	16 gramm	2,3%
	Érett kovász			20%
	Angol felezett dióbél, kicsit megpirítva	1 csésze plusz 3 evőkanál	120 gramm	17%

folytatás a következő oldalon

kézzel: Összekeverjük a liszteket egy nagy tálban, és hozzákeverjük a vizet. Ha a tészta összeállt, szorosan lefedjük folpackkal, és 10-30 percig pihenni hagyjuk (autolízis).

A sóval és a kovással nagyjából 10 perc alatt simára gyúrjuk a tésztát. Hozzágyúrjuk a dióbelet is úgy, hogy az egyenletesen eloszoljon a tésztában.

álló mixerrel: Összekeverjük a liszteket egy nagy tálban, és hozzáadjuk a vizet. A tésztadagasztó karral alacsony fokozaton nagyjából 3 percig keverjük az alapanyagokat, míg a tészta összeáll a karokon. A tálát lefedjük egy tányérral, és 10-30 percig pihenni hagyjuk (autolízis).

A tésztához hozzáadjuk a sót és a kovászt, és közepes fokozaton 4 perc alatt simára dagasztjuk. Kivesszük a tálból, és a dióbelet kézzel gyúrjuk a tésztához úgy, hogy az egyenletesen eloszoljon benne.

konyhai robotgéppel: A tésztát konyhai robotgéppel is elkészíthetjük, ha előtte kettéosztjuk. A dió kivételével az összes hozzávalót, a sót is beleértve, összekeverjük a gép táljában. Vízbe mártva kettéosztjuk a kovászt, majd a keveréket a szárazanyagokra öntjük. Kézzel vagy fakanállal elkeverjük a hozzávalókat, míg a tészta összeáll. Nem szükséges pihentetni.

Kettéosztjuk a tésztát, és az egyik felét az acélpengével felszerelt konyhai robotgép keverőtádjába tesszük. Nagyjából 30 másodpercig dagasztjuk a géppel a tésztát, míg a tál gőzölni kezd. Kivesszük a tésztát, és kicsit átgyúrjuk, hogy lehűtsük. A tészta másik felét ugyanígy megdagasztjuk, majd kézzel átgyúrjuk. A két tésztadarabot felváltva dagasztjuk 30-30 másodperces szakaszokban addig, míg a tészta sima és szívós lesz. Kézzel összegyúrjuk a darabokat, hogy egy tésztánk legyen, majd hozzágyúrjuk a diódarabokat is, úgy, hogy azok egyenletesen oszoljanak el a tésztában.

Ez a tészta kemény, száraz és sima. Adjunk hozzá egy-két evőkanál vizet, ha túlságosan merevnek tűnik.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE ÉS HAJTOGATÁSA

A tésztát olyan edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Kelni hagyjuk 4-5 órán át, míg levegős nem lesz, alaposan megkel, de még nem az eredeti méretének duplájára. Két óta elteltével egyszer áthajtogatjuk a tésztát (28. oldal), aztán pihentetjük a kelesztés hátralévő idejéig.

A TÉSZTA GÖMBÖLYÍTÉSE ÉS PIHENTETÉSE

Belisztezzük a tésztát és a munkalapot, majd kiborítjuk rá a tésztát. Félbevágjuk; mindkét fél 630 grammot kell, hogy nyomjon. Könnyedén legömbölyítjük a darabokat (29. oldal), majd lazán lefedjük folpackkal. Pihenni hagyjuk 15-20 percig.

A TÉSZTA FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

A tésztából sima masszív, kerek cipókat formálunk, anélkül hogy leeresztene. A formázott cipókat a sima felükkel lefelé vászonnal bélelt kosarakba vagy nagy szűrőedényekbe tesszük. Kevés liszttel megszórjuk őket, és gondosan lefedjük folpackkal. A tésztát nagyjából 3 órán át kelesztjük, míg alaposan feljön, és csak lassan simul ki rajta a horpadás, ha belisztezett ujjunkkal gyengéden benyomjuk az oldalát.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Legalább 45 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, a sütő egyik rácsát fentről a második sínre tesszük, és sütőkövet helyezünk rá. Az összes többi rácsot kivesszük, és a sütőt 220 °C-ra előmelegítjük.

A KENYÉR SÜTÉSE

A cipókat kiborítjuk egy darab sütőpapírra vagy belisztezett péklapátra, majd x alakban két hosszú mély vágást ejtünk a tetejükön. A negyedeket középen még egyszer bemetszük egy-egy kisebb vágással, így végül 8 cikkre osztva a cipót. Közvetlenül a sütés előtt megölthetjük a sütőt gőzzel (30. oldal). A kenyereket a forró kőre csúsztatjuk, és gyorsan bepermetezzük vízzel kézi permetező vagy kerti permetezőgép segítségével. A cipókat 40-45 percig sütjük, a sütés felidejénél elforgatva őket, míg mindenütt egyenletesen sötétbarnák lesznek, és ha megkopogatjuk az aljukat, üregesen konganak. Ha a kenyerek megsültek, hagyjuk rácson kihűlni.

Szemben: A Pearl diós kovászos kenye (balra), fűgés-ánizsos paninije (középen) és olasz gyümölcskenye (jobbra)



A Pearl fügés-ánizsos paninije

- Két 680 grammos gyümölcskenyérhez vagy tíz darab 115 grammos paninihez
- Elkészítési idő: legalább 20 óra, nagyjából 20 perc tényleges munkával

Az olasz gyümölcskenyér, vagyis a pane coi santi eredeti elnevezésének jelentése olaszul „kenyér szentekkel”, és a tésztához gyúrt sok gyümölcs és dió miatt hívják így, melyek a szenteket szimbolizálják. (A Pearl süteményét részben Michele Scicolone receptje ihlette, mely *La Dolce Vita* című könyvében jelent meg a Morrow kiadónál, 1993-ban.)

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐTTI NAP REGGELE: Felfrissítjük a kovászos előtészta-t (ha eddig a hűtőben tároltuk, 2 nappal sütés előtt fogjunk hozzá a felfrissítéséhez, amit legalább háromszor ismételjünk meg). **A SÜTÉS ELŐESTÉJE:** Elkészítjük a kovászt, és egy éjszakán át érni hagyjuk. **MÁSNAP REGGEL:** Elkészítjük a tésztát, és 4 órán át kelni hagyjuk. Megformáljuk a tésztát, majd 3 órán át kelni hagyjuk. A gyümölcskenyeret körülbelül 45, a paninit 30 percig sütjük.

	Kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE A KOVÁSZ ELKÉSZÍTÉSE	Érett, kemény kovászos előtészta (103–106. oldal), sütés előtt 8 órával felfrissítve	1 evőkanál	15 gramm	20%
	Langyos víz	1 evőkanál, plusz 2 teáskanál	45 gramm	60%
	Fehérítetlen kenyérliszt	½ csésze	75 gramm	100%

A kovászos előtészta-t feloldjuk vízben. Hozzáadjuk a lisztet, és a különösen kemény tésztát addig gyúrjuk, míg viszonylag sima lesz. Fedeles tárolóedénybe helyezzük, és egy éjszakán, vagyis nagyjából 8 órán át kelni hagyjuk, vagy míg négyszeresére nő, és ha finoman megnyomjuk, leereszt.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Fehérítetlen kenyérliszt	1⅔ csésze	250 gramm	42%
	Fehérítetlen univerzális liszt	1⅔ csésze	250 gramm	42%
	Világos rozsliszt	½ csésze	50 gramm	8%
	Teljes kiőrlésű búzaliszt	⅓ csésze	50 gramm	8%
	Langyos víz	1¾ csésze	390 gramm	65%
	Só	1 evőkanál	14 gramm	2,3%
	Érett kovász			22%
	Angol dióbél, kicsit megpirítva, a gyümölcskenyérhez	1¼ csésze	135 gramm	22%
	Sötét mazsola, a gyümölcskenyérhez	1¾ csésze	265 gramm	44%
	Száritott Calimyrna füge, a paninihez	1¼ csésze	210 gramm	35%
	Ánizsmag, a paninihez	1 evőkanál plusz 1 teáskanál	5 gramm	0,9%

kézzel: Összekeverjük a liszteket egy nagy tálban, és hozzákeverjük a vizet. Amikor a tészta összeáll, szorosan lefedjük folpackkal, és pihenni hagyjuk (autolízis) 10-30 percig.

A sóval és a kovással simára gyúrjuk a tésztát. Dolgozzuk bele a diót és a mazsolát, ha gyümölcskenyeret, vagy a fügét és az ánizst, ha paninit készítünk, úgy, hogy a darabok egyenletesen eloszoljanak benne.

álló mixerrel: Összekeverjük a liszteket egy nagy tálban, és hozzákeverjük a vizet. A tésztadagasztó karral alacsony fokozaton körülbelül 3 percig keverjük, míg a tészta összeáll a karokon. Lefedjük a tálát egy tányérral, és pihenni hagyjuk (autolízis) 10-30 percig.

Hozzáadjuk a sót és kovászt, és közepes fokozaton nagyjából 4 perc alatt simára dagasztjuk. Kivesszük a tésztát a tálból, és kézzel hozzágyúrjuk a diót és a mazsolát, ha gyümölcskenyeret, vagy a fügét és az ánizst, ha paninit készítünk, úgy, hogy a darabok egyenletesen eloszoljanak benne.

konyhai robotgéppel: A tésztát konyhai robotgépben is elkészíthetjük a 108. oldalon leírt lépéseket pontosan követve. Miután összegyúrtuk a 2 tésztadarabot, kézzel beledolgozzuk a diót és a mazsolát, ha gyümölcskenyeret, vagy a fügét és az ánizst, ha paninit készítünk, úgy, hogy a darabok egyenletesen eloszoljanak benne.

Ez a tészta meglehetősen kemény, száraz és sima. Adjunk hozzá egy-két evőkanál vizet, ha túlságosan merevnek tűnik.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE ÉS HAJTOGATÁSA

A tésztát olyan edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Kelni hagyjuk 4-5 órán át, míg levegős lesz, alaposan felkel, de még nem az eredeti méretének duplájára. Egy óra elteltével egyszer áthajtogatjuk a tésztát (28. oldal), aztán békén hagyjuk a kelesztés hátralevő idejére.

A GYÜMÖLCSKENYÉR GÖMBÖLYÍTÉSE ÉS PIHENTETÉSE

Belisztezzük a tésztát és a munkalapot, majd kiborítjuk rá a tésztát, és félbevágjuk. Könnyedén legömbölyítjük a darabokat (29. oldal), majd rúd alakúra formáljuk őket, ujjainkkal végiggörgetve a munkalapon. Lazán lefedjük folpackkal, és pihenni hagyjuk 15-20 percig.

A GYÜMÖLCSKENYÉR FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

A tésztából két 25 cm hosszú båtard-t, vagyis vaskos baguette-et formálunk (29. oldal), és a tésztaszélek illesztésével lefelé lenruhába vagy vászonnal bélelt kelesztőkosárba tesszük. Lefedjük a kenyereket folpackkal, és nagyjából 3 órán át kelni hagyjuk, míg a duplájukra nőnek, és a horpadás csak nagyon lassan simul ki, ha belisztezett ujjunkkal benyomjuk az oldalukat.

A PANINI MÁSODIK KELESZTÉSE

A tésztát kérges felével felfelé enyhén belisztezett munkalapra fordítjuk, és pár centi vastag tömbbé paskoljuk. Átesszük lenruhába, lefedjük, és kelni hagyjuk nagyjából 2 órán át, míg levegős nem lesz, de még visszaugrik a fala, ha belisztezett ujjal könnyedén benyomjuk.

A PANINI MÁSODIK KELESZTÉSE ÉS BEMETSZÉSE

A tésztát tésztakaparóval vagy konyhai késsel 10 négyszögletű darabra vágjuk; ideális esetben mind-egyik darabnak 120 grammot kellene nyomnia, de nem baj, ha nem tökéletesek. A darabokat egymástól 5 cm távolságra elhelyezzük egy darab sütőpapíron, lefedjük folpackkal, és körülbelül egy órán át kelni hagyjuk, míg a tészta alaposan fel nő, és csak nagyon lassan simul ki, ha belisztezett ujjunkkal benyomjuk az oldalukat.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Legalább 45 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, az egyik rácsot a második sínre tesszük, és sütőkövet helyezünk rá. Kivesszük az összes többi rácsot, és a sütőt előmelegítjük 220 °C-ra a gyümölcskenyérhez, és 230 °C-ra a paninihez.

A KENYÉR SÜTÉSE

A gyümölcskenyeret sütőpapírra vagy belisztezett péklapátra borítjuk, és átlósan nem túl mély, párhuzamos bemetszéseket ejtünk a kenyér tetején, egymástól nagyjából 2,5 centire (az ilyen bemetszést hurkavágásnak, vagy *coupe saucisson*nak hívják).

Közvetlenül a sütés előtt megölthetjük a sütőt gőzzel (30. oldal). A gyümölcskenyereket vagy a paniniket péklapát vagy tepszi segítségével a sütőpapírral együtt a forró kőre csúsztatjuk. Kézi permetezővel gyorsan bepermetezzük a kenyereket vízzel. A gyümölcskenyeret 40-45, a paniniket 25-30 percig sütjük, féldőnél elforgatva a kenyereket. A kenyerek akkor vannak készen, amikor mindenütt egyenletesen sötétbarnák, és üresen kongó hangot adnak, amikor megkocogtatjuk az aljukat. Hagyjuk rácson kihűlni.



AZ ELŐTÉSztÁK DICSEÉRETE

Kézműves pékek

Sonoma, Kalifornia



A SAN FRANCISCÓBÓL HAZAFELÉ TARTÓ REPÜLŐGÉPEN véletlenül egy sütőipari felszereléseket gyártó cég tulajdonosa mellé kerültem. Ő mesélt nekem arról az olívbogyós kenyérről, amit Ausztráliában kóstolt. „A legfinomabb kenyér, amit valaha ettem.” A kijelentés elárulta, hogy kenyérimádó emberrel van dolgom, aki így méltó arra, hogy több figyelmet szenteljek neki. Éppen akkor szolgálták fel nekünk azokat a nyúlós, állott tésztadarabokat, amiket a légítársaság élelmezői zsemlének csúfolnak, ezért igencsak vágyakoztam valami valódi kenyérfélére.

Megkértem a sor szélén ülő úriembert, hogy adja oda nekem a kézipoggyászatot, és kibányásztam belől egy becsomagolt cipót. Olyan színpadiasan, amennyire csak tőlem telt, a magasba tartottam a kenyeret, lehámoztam a csomagolását, felfedve a jókora, aranyszínű ciabattát. Szomszédom és jómagam egyszerre sóhajtottunk föl – a cipó egyszerűen gyönyörű volt, és szemmel láthatóan profi műve. Törtem belőle két jókora darabot, amit jóízűen elfogyasztottunk, csodálva a kenyér teljes búzáízét, puhaságát és szerkezetét. A kenyér illata és látványa túl soknak bizonyult a közlekedő másik oldalán ülő utasok számára – félig tréfálkozva, félig komolyan ők is kértek kóstolót. Törtem még a kenyérből, és továbbküldtem nekik, mindent teleszórva kenyérmorzzával. Boldogság háromezer méter magasan!

Ennek a csodálatos kenyérnek a készítője, Craig Ponsford rám áldozta az előző nap délutánját saját pékségében, a kaliforniai Sonomában álló Kézműves Pékekben (Artisan Bakers), ahol az élesztős előtészták titkaiba avatott be a gyönyörű ciabatta példáján keresztül. Az élesztős előtészta hasonló a kovászos előtésztához, de kovászélesztő helyett bolti élesztő van benne (lásd 23. oldal).

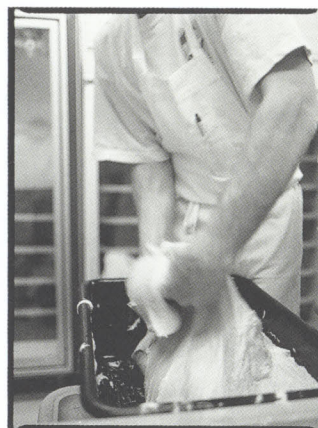
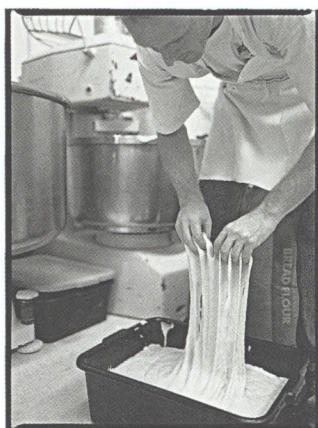
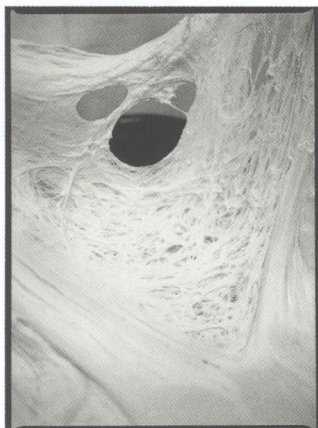
Az élesztős előtészták az utóbbi időkben meglehetősen nagy népszerűsége tettek szert az amerikai kézműves pékek körében. Ennek oka nem csupán az, hogy az előtészta javítja a kenyér ízét, fontos szempont a tésztára gyakorolt hatása is. Míg a nagybani pékek oxidáló és élesztőtápláló anyagokat, valamint egyéb adalékokat adnak a tésztához, hogy azt így szakadás nélkül formálhassák, és megelőzzék, hogy a tészta összeessen kelesztés alatt, továbbá jobb szerkezetet kapjanak, és növeljék az eltarthatóságot, a kézműves pékeknek természetes módszerekre kell hagyatkozniuk.

Élesztős előtészta használatával könnyedén elérhetjük mindezt anélkül, hogy adalékanyagokat használnánk, vagy a kovászos előtészta alkalmazásával járó erős savanyú ízzel elfednénk a kenyér valódi búzáízét.

Szerencsémre Craig tanárnak legalább olyan tehetséges, mint péknek. Kell is, hogy az legyen: Miután az USA 1996-os versenycsapatának képviselőjeként a különleges kategóriában első díjat

Szemben: Hűlő ciabatta
(116. oldal).

Fent: A Kézműves Pékek
tulajdonosa, Craig Ponsford.



Balról jobbra: A ciabattához készített teljesen érett biga hálós szerkezete; Craig bemutatja a folyós tészta nyújthatóságát; a tészta hajtogatása tárolójában; a tészta laza hajtogatása.

nyert (baguette-eket, kukoricakenyeret, sörös kenyeret, ciabattát és kovászos rozskenyeret készített napraforgómagokkal), sok meghívást kapott, hogy világszerte szemináriumokon adjon elő.

Craig elmesélte, mennyire megdöbben a francia liszt gyenge minőségétől, amit a Franciaországban rendezett világversenyeken használt. Mivel mindig amerikai liszttel dolgozott, aminek szinte semmi nem árt, nem volt hozzá szokva ahhoz, hogy olyan finoman bánjon a tésztával, amennyire azt a francia liszt szükségessé tette. Élesztős előtészta nélkül a tészta cafatokra szakadt volna a kezei közt, amikor baguette-et próbált formálni belőle, hiszen az egy különösen problémás forma. De az előtészta visszaállította a tészta rugalmasságát, és sikerült tökéletes, versenyképes baguette-eket készítenie. Craig azóta szerelmes az élesztős előtészta.

Amikor először jártam Craig pékségében, lenyűgözött, hogy hányféle előtészta használ nap mint nap a kenyerek készítése során. Craig kínosan ügyel a különböző előtészta által előidézett apró ízbeli különbségekre, és szereti teljes mértékben kihasználni az ezekben rejlő lehetőségeket. Amikor másodszor is ellátogattam hozzá, kivett egy napot, hogy rövid, de intenzívebb gyorstalpalót tarttasson nekem. Mindegyik előtészta alaposan megvizsgáltuk, megkóstoltuk, megtapintottuk, és megszagoltuk, hogy végül egy mennyi ciabattát süthessünk belőle.

Craig szereti kihozni a maximumot az előtésztaiból, hogy azok a legjobb hatással legyenek a péktermékekre. Az előtésztahoz gyakran használ különböző típusú lisztet, például teljes kiőrlésű búzalisztet, búza- vagy rozstörtet, esetleg malátát, hogy változatos ízeket és állagokat

érhessen el. Elnyújtja az érlelési időt is a határozottabb ízek érdekében, és hogy a kenyér a csökkentett élesztőtartalom és a „késleltetés”, illetve az élesztős előtészta hűtése miatt tovább legyen eltartható. A hozzávalók mennyiségével is szívesen kísérletezik, a teljes lisztmennyiségből többet kever az élesztős előtészta, hogy így is erőteljesebb ízhatást érjen el.

A francia pékmester, Didier Rosada, aki egyben a Minnesota állambeli Minneapolisi Nemzeti Sütőipari Központ oktatója is, elmagyarázta: az élesztős előtészta íze és a kenyértészta kifejtett hatása attól függően változik, hogy mennyi vizet használunk készítése közben, és milyen hőmérsékleten hagyjuk érni. A melegebb, nedvesebb, sötét előtésztaval készülő kenyértészta könnyebben nyújtható, mivel aktívabbak benne azok az enzimek, melyek a sikért bontják fel (az enzimek működésének részletesebb bemutatását lásd az autólízis leírásánál, a 24. oldalon). Ha hűvösebb környezetben érleljük az előtészta, gyümölcsösebb, áthatóbb savasság az eredmény, mivel így több ecetsav termelődik, mint tejsav.

Craig hangsúlyozta, hogy az élesztős előtésztaval készülő kenyerek esetében a túlkelesztés eshetőségét kell mindenképpen elkerülni. A túlkelesztett előtésztaval gyúrt kenyértészta gyakran szakad formálás közben, leereszt a kelesztés során, és kisebb, kevésbé felnyílt kenyér sül belőle. De a legrosszabb, hogy sörszerű, kellemetlenül élesztős mellékíz teszi tönkre a kész kenyér ízvilágát. Éppen ezért csak akkor használjuk fel az előtészta, ha biztosak vagyunk benne, hogy nem érett túl – ellenkező esetben inkább dobjuk ki.

ÖT HAGYOMÁNYOS ÉLESZTŐS ELŐTÉSZTA

A kézműves kenyérsütés tevékenységének intézményesülésével párhuzamosan jelentek meg a szakkefejezések használatának egységesítésére irányuló törekvések. Didier Rosada szerint: „Az élesztős előtészta bizonyos sajátosságainak megnevezésére léteznek hagyományos kifejezések.” Az alábbiakban az amerikai kézműves pékek által használt klasszikus élesztős előtésztaikat mutatom be, azok definíciójával és azok közhasználatú megnevezésével együtt.

Élesztős kovász

A lengyel eredetű előtészta a bécsi pékek fejlesztették tökélyre a tizenkilencedik században (angol, francia és olasz elnevezése is utal lengyel eredetére). Egyenlő arányban kevert lisztből és vízből áll, változó mennyiségű élesztő hozzáadásával – utóbbi mennyisége attól függ, milyen hosszú kelesztési idő kívánatos (a 3-15 órás intervallumon belül). Magas víztartalma miatt ez a kovász meglehetősen folyós, palacsintatésztahoz hasonlít. Ha a liszt nagyon szívós, még több víz hozzáadásával hígítható az állaga.

A hagyományos francia pékművészet az élesztős kovászt víztartalma alapján határozza meg, az egyharmadában vizet tartalmazó kovásztól egészen a négyötödéig vízből állóig.

Ami az ízét illeti, Craig Ponsford szerint „Az élesztős kovász talán a legtisztább [kovászféle], ha megfelelően készítik. Nagyon kellemes, édes, aromás lehet a búza érlelésének eredménye, és a kenyér íze is a búzáét idézi.”

Mindez tényleg csak a megfelelő elkészítésen múlik. Amikor a kovász megérett a használatra, a teteje kicsit beapad és beráncosodik. Didier és Craig egyaránt figyelmeztetett, hogy ha sok élesztőt használunk a gyors kelesztés reményében, az élesztős kovász akár tíz perc alatt is eljuthat érése csúcsára, és azon túlhaladva nagyon hirtelen romlik a minősége. Ezzel szemben ha kevés élesztőt használunk, és hosszan, lassan, hűvös környezetben egy éjszakán át érleljük a kovászt, a folyamat sokkal biztonságosabb, mert akár 1-2 órán át is érése csúcsára jut.

Öregtészta, más néven előérlelt tészta, vagy *pâte fermentée*

Ez a kovászféle mindig ugyanazokból a hozzávalókból áll, mint a végleges tészta, általában ugyanolyan arányban, ahogy azokat a tésztában használjuk – vagyis sok élesztő kell bele, és mindig tartalmaz sót is. Calvel professzor találmánya ez az elő-

tészta (ő persze *pâte fermentée*-nek hívja), akit az a szándék vezérelt, hogy egyszerűen, előzetes előkészületek nélkül használható előtészta-receptet adjon a pékek kezébe. Azt találta ki, hogy a szükségesnél több tésztát készít, és a fölösleget félreteszi a másnapi sütet tészta kelesztéséhez. Gyakorlatban az óvatos pékek inkább készítenek egy külön adag tésztát, és szigorúan ellenőrzik annak erjedését. Bár ebben az esetben az előtésztahoz használt só némiképp lelassítja az érlelődési folyamatot, Craig figyelmeztetett, hogy a nagyobb mennyiségű élesztő miatt ez az előtészta könnyen túlerjed és túlságosan elsavasodik, ha nem hűvös helyen tartjuk.

Biga

A kifejezést Olaszországban az előtészta megnevezésére használják; de hagyományosan a biga nagyon kemény előtészta jelent, amelyet a liszt mennyiségétől függően 50-60 százaléknyi vízzel és 1% friss élesztővel készítenek. Hosszan, hűvös helyen (18 °C-on) érlelik, így bőségesen termelődik ecetsav benne. Ezt az előtészta azért fejlesztették ki, hogy mintegy alápárnázza a hihetetlenül gyenge olasz liszteket, és ecetsavtartalma miatt – ami megerősíti a sikért – a mai napig használják a tészta feljavítására.

Szivacs, más néven *levain-levure*

Talán ez a legegyszerűbb és leghétköznapiabb élesztős előtészta. Csak lisztet, élesztőt és vizet tartalmaz, hagyományosan nagyon keményre készítik. Mindig szobahőmérsékleten kell érlelni. Didier szerint az élesztő mennyisége változtatható, attól függően, hogy mennyi ideig szeretnénk érlelni. Ha nagyon hosszan, csak kevés élesztőt kell használni. Didier arra is rámutatott, hogy bár ezt az előtészta nagyon könnyű kezelni, és több órán át is felhasználható, nem igazán javítja a tészta nyújthatóságát éppen saját merevsége miatt, ezért nem származik sok előny a használatából.

Kevert kovász, más néven *levain de pâte, travail sur rafrâchis*, vagy *travail mixte*

Használatával könnyen utánozható a kovászos előtészta és a kovász által kiváltott hatás. Liszt, élesztő, és néha só keverékét „oltjuk be” egy darab öregtésztaival, szobahőmérsékleten hosszú ideig, 6-15 órán át érleljük. A „chef” (vagy kovász), ami beoltja az előtészta, 5-30 százaléka az előtésztahoz használt liszt súlyának, attól függően, hogy mennyi ideig szeretnénk érlelni. A kenyér így jóízű és kellőképp savanykás lesz, de hiányzik belőle a telt savasság, a lágyság, és nem áll el olyan sokáig, mint a valódi kovászos kenyér.

Craig Ponsford ciabbatája

- Két 500 grammos ciabattához
- Elkészítési idő: nagyjából 30 óra, ebből 15 perc a tényleges munka

Jókora kenyér, tele nagy lyukakkal, héja lisztszíkokkal szépen díszítve. A *ciabatta* szó „öreg cipőt” vagy „papucsot” (amolyan nagypapásat) jelent olaszul, ami a kenyér durva megjelenésére és szokatlan formájára utal. Nagyon jól illik salátákhoz és a pastához hasonló szaftos ételekhez. Ha vízszintesen vágjuk fel, kockázhatjuk, és szendvicset készíthetünk belőle.

Craig a kenyér készítése során néhány szokatlan technikát is alkalmazott. Alig dagasztja meg a tésztát, tulajdonképpen büszke is rá, hogy az csomósan kerül ki a mixerből (pedig nem). De valóban nem dagasztja sokáig, kelesztés közben pedig hajtogatja a tésztát, hogy így segítse a siker átalakulását. Hisz benne, hogy minél kevesebb ideig tesszük ki a tésztát levegőnek, annál inkább megtartja krémes színét, illetve a búza ízét és aromáját. Szereti lazán meghajtogatni a tésztát, ahelyett hogy úgy hagyná, ahogy sikerült feldarabolni. Az általa készített tészta ráadásul túl nedves ahhoz, hogy konyhai robotgéppben dagasszuk.

Craig hangsúlyozta, hogy éppen a tészta magas víztartalma miatt nagyon fontos, hogy kellőképpen megsüssük a kenyeret, ha azt szeretnénk, hogy ropogós héja és telt íze legyen.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS NAPJA ELŐTTI REGGEL: Elkészítjük a bigát, és 24 órán át érni hagyjuk. **MÁSNAPO REGGEL:** Elkészítjük a tésztát, és 3 órán át kelni hagyjuk. Megformázzuk a kenyeret, 45 percig kelni hagyjuk, majd 40 percig sütjük.

	Biga	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA ELŐTTI REGGEL A BIGA ELKÉSZÍTÉSE	Szárazított élesztő*	¼ teáskanál		(összességében 0,002%)
	43-46 °C-os víz	1 csésze		
	Fehérítetlen kenyérliszt	1 ½ csésze	200 gramm	67%
	Fehérítetlen univerzális liszt	¾ csésze	100 gramm	33%
	Teljes, lehetőleg durva kiörlésű búzaliszt	2 evőkanál	15 gramm	5%
	Teljes, lehetőleg durva kiörlésű rozsliszt	2 evőkanál	15 gramm	5%
	Víz (a hőmérsékletre vonatkozóan lásd lent)	¾ csésze	185 gramm	61%
* Használhatunk porélesztőt is, ha csak az van otthon. A szárazított élesztővel kicsit lassabb az érlelődés, ami jelen recept esetében kívánatos, de nem feltétlenül szükséges.				

Az élesztőt a meleg vízbe szórjuk, elkeverjük, és 5-10 percig állni hagyjuk. A liszteket összekeverjük egy tálban. Az élesztős vízből ½ teáskanálnyit a lisztkeverékhez adunk (a maradékot kidobhatjuk; a meleg vízzel nem felfuttatni szeretnénk az élesztőt, a lényeg, hogy így 1/384 teáskanálnyit kerüljön belőle a lisztbe). Ezek után hozzáadjuk a ¾ csésze vizet (nyáron jegesen, télen melegen). A biga nagyon merev, és ellenáll a dagasztásnak, de nem szabad feladni: a hosszú érlelési idő után jelentősen meglágyul. Ha nagyon muszáj, hozzágyúrhatunk még egy-két evőkanál vizet. Az élesztős előtészta szorosan folpackba burkoljuk, és 24 órán át nyáron hűvös, télen meleg helyen érni hagyjuk. Nem kell megijedni, ha 10 óra elteltével se történik semmi; ez normális. A biga akkor kész, ha a térfogata megháromszorozódott, illatos és alaposan megnő.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Fehérítetlen univerzális liszt	2 csésze plusz 3 evőkanál	325 gramm	100%
	Porélesztő	1 teáskanál	3 gramm	1%
	Só	2¼ teáskanál	13 gramm	4%
	Langyos víz	1½ csésze	342 gramm	105%
	Érett biga			158%

kézzel: A liszteket, az élesztőt és a sót összekeverjük egy nagy tálban. Hozzáadjuk a vizet és a bigát, majd kézzel addig gyúrjuk az alapanyagokat, míg durva tésztává formálódnak. Kiborítjuk a belisztezett munkalapra, és 5 percig dagasztjuk. Nyúlósnak kell lennie, majdnem palacsintatészta-szerűnek. Ha ez az állag túl ijesztő, tálban is dagaszthatjuk. Használhatunk tésztakaparót vagy spatulát segítségnek, de ne lisztezzük be a tésztát.

Ha valakinek van tehetsége a dagasztáshoz, a tésztája már 5 perc után sima lesz; ha nem, valószínűleg ugyanolyan szörnyen fog kinézni, mint amikor nekifogtunk. Emiatt nem kell aggódni, mivel ez javulni fog az első kelesztés alatt.

kézi mixerrel: A liszteket, az élesztőt és a sót összekeverjük a gép keverőtáljában. Hozzáadjuk a vizet és a bigát, majd alacsony fokozaton addig dagasztjuk a lapáttal, míg durva tésztává nem áll össze. Öt percig dagasztjuk még közepes fokozaton, míg viszonylag simává válik. Ha a tészta túlságosan keménynek tűnik, adjunk hozzá egy kis vizet.

Ez egy nagyon lágy tészta. Ha nem folyós, újra és újra vizet kell adni hozzá, míg elég lágy nem lesz ahhoz, hogy szétterüljön (erre akkor lehet szükség, ha a liszt öreg, vagy különböző okok miatt több vizet szív fel).

A TÉSZTA ELSŐ KELESTÉSE ÉS HAJTOGATÁSA

A tésztát olyan tárolóedénybe kaparjuk, aminek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Kelni hagyjuk, míg könnyűvé nem válik, alaposan megkel, és a mérete nagyjából megduplázódik, mindez 2½-3 órát vesz igénybe. Sok liszttel megszórva háromszornégyszer hajtogatjuk (28. oldal) az első kelesztés alatt 20 perces időközönként, vagyis 20, 40, 60 és 80 perc elteltével, majd a hátralévő időre békén hagyjuk. Lenyűgöző lesz látni, mennyire megszilárdul a hajtogatás alatt.

A TÉSZTA DARABOLÁSA, FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESTÉSE

Könnyedén, de alaposan belisztezzük egy lenruhát vagy vastagon két konyharuhát. A tészta tetejét és a munkalapot is megszórjuk liszttel, majd kiborítjuk a tésztát. Tésztakaparó segítségével nagyjából elfelezzük a masszát. Óvatosan kinyújtjuk a darabokat, majd lazán harmadukra hajtjuk, ahogy a hivatalos leveleket is szokás, úgy igazítva a hajtásokat, hogy az utolsó legfelső szél ne teljesen középen legyen. Próbáljuk olyan kevésszer megfogni a tésztát, amennyire csak lehet, nehogy leeresszük formálás közben. A vekniket a hajtások találkozásával lefelé a belisztezett ruhára helyezzük, és újra megszórjuk liszttel a tetejét. A lenruha hajtásaival vagy újabb konyharuhával lefedjük. Kelni hagyjuk 45 percig, míg nagyon puhák nem lesznek, alaposan megkelnek, és ha gyengéden megnyomjuk az oldalukat, a horpadás alig simul ki rajtuk.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Amint megformáztuk a tésztát, rácsot teszünk a sütő második sínjére, és arra sütőkövet helyezünk. Az összes többi rácsot kivesszük, és a sütőt előmelegítjük 230 °C-ra.

A KENYÉR SÜTÉSE

Amikor a ciabatta kész a sütésre, sütőpapírt helyezünk a péklapátunkra. Óvatosan áthelyezzük a vekniket a lapára úgy, hogy a hajtások széle alul legyen, majd kicsit kinyújtjuk a kenyereket, hogy nagyjából téglalap alakúak legyenek. Nem kell félni attól, hogy megfogjuk a tésztát; a sütőben ugyanis viszszanyerik a formájukat, ha finoman bánunk velük. Végignyomkodjuk a kenyerek felületét, hogy az ujjainkkal mélyedéseket képezzünk, de vigyázzunk, ne szakítsuk át a tésztát. A kenyereket a sütőpapírral együtt a sütőkőre csúsztatjuk. A vekniket nagyjából 35-40 percig sütjük, míg mindenütt igazán sötétbarnára sülnek, de féldőnél elforgatjuk őket. Rácsra téve hagyjuk kihűlni a kész ciabattát.

A következő két oldalon: Lenruhában kelő ciabatták a Della Fattoriában.







APRÓCSKA KÉZMŰVES PÉKSÉG

Della Fattoria

Petaluma, Kalifornia

KATHLEEN WEBER MINDIG ARRÓL ÁLMODOTT, HOGY EGYSZER SAJÁT PÉKSÉGET NYIT, de sosem hitte, hogy az álma valóra is válik.

Egyik hétvégén a férjével, néhány barátal, és a téglakemencéket építő Alan Scott-tal egy hirtelen ötlettől vezérelve felhúztak egy fatüzelésű kemencét a házaspár Kalifornia államban fekvő, petalumai vidéki házának hátsó udvarában. Kathleen elképzelte, hogyan fognak sütögetni a vadonatúj kemencében, és hogy a szomszédok mind „áthordják majd a maguk kis ételeit”, hogy abban süssék meg. Bár ez az elképzelés soha nem valósult meg, Kathleen megtalálta a módját, hogyan élje ki a kenyér iránt táplált szenvedélyét. Carol Field *The Italian Baker* (Az olasz pék) című könyve nagy hatással volt rá, gyakorlatilag abból tanult meg kenyeret sütni.

Kathleen fia, Aaron 1994-ben a Sonomai Mission Fogadó és Gyógyfürdőben dolgozott szakácsként, a nő így ismerte meg a hely főszakácsát, a kenyérrajongó Mark Vannt. Valahányszor maradt néhány vekni kenyeke, Kathleen bevitte Marknak, aki egyszerre bátorította és támogatja jó szándékú kritikájával. Valahányszor Marknak kenyérre volt szüksége olívaolaj-kóstoláshoz, megkérte Kathleent, hogy süssön neki két napra elegendő, kóstoláshoz való kenyeret. Ő le is szállította a kért mennyiséget, de egy órával később Mark felhívta telefonon. A kenyér máris elfogyott. „Lehetne szó róla, hogy süssön még? – kérdezte. – Az emberek bolondultak érte” – emlékezett vissza Kathleen.

Nem sokkal később Mark felajánlotta neki, hogy dolgozzon az étteremnek, süssön nekik kenyeret, bár a nő szerint: „Tudta, mennyire egyszerűen csináltuk az egészet. Nem terveztük, hogy valaha is a hivatásunkká válik.” Kathleen elfogadta a kihívást, és a hetente háromszor, szórakozásból sültöt negyven darab kenyér helyett ma már naponta hatvan, de akár száz süteményt is készít. A munka ütemezése a Della Fattoriában mára beállt a kényelmes huszonnégy órás rutinná, melyet Kathleen férje, Ed, és fiuk, Aaron „váltott műszakban” végez. A munkaciklust Aaron kezdi, aki a nap egyik utolsó feladatául délután 2 óra körül elkészíti a másnapi sütéshez a tésztát. Ed este fél hat körül rakja meg és gyújtja be a kemencét fával, és a tüzet egész éjjel ég-



Szemben, bal oldalon fentről lefelé: Gömbölyített tészták pihennek a formázóasztalon; a rusztikus sült fokhagymás kenyér (125. oldal) tészta-halmi, fokhagymapürével megkenve és sajttal megszórva; készül a csinos tésztatáska; fokhagymagerezddel díszített, korianderszárral tűzdelt cipó; jobbra: Aaron Weber a sütnivaló megkelt cipókat pakolja a kemencébe. Fent: Kathleen Weber néhány vekni kenyérrel.

ni hagyja. Kora este Kathleen kinyomtatja azt a táblázatot, mely alapján meg tudja határozni, melyik tésztából mennyit kell készíteni másnap – az ő vásárlói megengedhetik maguknak azt a luxust, hogy akár egy nappal sütés előtt is módosítsák a rendelésüket.

Néhány óra alvás után Kathleen éjfélkor felkel, és a konyha mögötti „formálósobába” megy, ahol nekilát a tészta meggyúrásának. A korábban játszósobaként funkcionáló helyiséget világos és vidám, apró, de rendszeren felszerelt pékműhelyé alakították át, melynek közepét hatalmas, fából készült munkaasztal foglalja el. Kathleen itt iszik egy kávé – erre igencsak szüksége van három óra alvás után –, ellenőrzi a táblázatot, majd előkészíti a hozzávalókat. „Megpirítom a magokat, és beáztatom a mazsolát a brandybe.”

Kathleen a munkaasztalra helyezett elektromos mérleggel porciózza ki a hozzávalókat, majd átteszi azokat a kicsi, de kedves spirálkaros keverőgép táljába. A vizet a csapból veszi. Amikor elkészítette a tésztát, fedett tárolóba dobja, amit kerekcsúsztat. Egy éjszaka kilenc-, de akár tizenháromféle tésztát is összegyúr, amiből nagyjából 300 vekni jön ki. Készít háromféle kovászos, ötféle campagna, baguette, puliszka, sokmagvas és egy mazsolás tésztát. Hajnali 4 órára minden tészta összegyúrva kelésre kész, a kis helyiség tiszta és rendez, így Kathleen is visszatér az ágyába, hogy alvásra használja az éjszaka hátralévő óráit.

A pékségbe épp hajnalhasadta előtt érkeztünk, Kathleen szavajárásával „a bűvös órában”, amikor az ő munkája véget ér, és Aaroné kezdődik. Aaron ideje legnagyobb részét abban az üvegtető részben tölti, ahol a kemence található. Reggelente először kitakarítja a kemencét, kikotorja belőle egy talicskába a fát és a hamut, amit később kivisz a hátsó udvarba. Alaposan ki is porszívózza a kemencét egy fűlsiketítően zajos ipari géppel. A kemence közvetlen tüzelésű, vagyis a tűz magában a sütőtérben ég, ezért nagyon gondosan kell kitisztítani, nehogy hamu vagy széndarabok tapadjanak a kenyérhez.

Amint a hajnal első sugarai beszűrődnek a pékség keleti ablakain, Aaron kiborítja az egyik nagy tárolóedényből a tésztát a beliszteztet pékasztalra. Feldarabolja a tésztát, és pontosan le is méri a darabokat, amiket finoman legömbölyít, majd pihenni hagy egy kicsit. A Della

Fattoria kenyerai különleges ízükről és nagy műgonddal megformált alakjukról híresek. A rusztikus sült fokhagymás kenyeret Aaron úgy készíti, hogy kilapít egy darab pihentetett tésztát, megkenni pürésített sült fokhagymával, majd megszórja reszelt száraz Jack sajttal. Összehajtja a tésztát, majd szétfeszíti, hogy aztán még szorosabbra formálhassa, mindeközben pedig figyel arra, hogy a töltelek a cipó közepén maradjon. Végő simításként apró bemetszést ejt rajta, a nyílásba egy gerezd hámozatlan vagy akár egy egész kis fej fokhagymát szúr, majd kis csokor benedvesített korianderlevelet rendez el szépen körülötte. A tetejével lefelé a cipókat egy-egy műanyag chipestálba borítja (*lásd 22. oldal*), majd a megformált és feldíszített tésztát visszacsúsztatja egy rácsra kelni.

Ahogy kialakult a sütési rutinjuk, a Weber család olyan problémákkal szembesült, melyek csakis egy ott-hon létrehozott pékségben fordulhatnak elő. Még az olyan egyszerű feladatokat is újra kellett gondolniuk, mint amilyen a kemence megpakolása. Hétköznapi esetben egy pék pakolja meg a kemencét úgy, hogy a péklapátját két fűrészbakra teszi fel, ráhelyezi a kenyereket, bemetszi, majd a tűztérbe csúsztatja azokat. De a Della Fattoria kemencéje eredetileg a szabad ég alatt állt, és figyelembe véve, hogy Sonomában milyen gyakoriak a téli esők, a Weber családnak más rendszert kellett kitalálnia. A sütő előtt állva Aaron benyújtja a hosszú péklapátot a formálóhelyiségbe, rátámasztja az asztalra, és Ed vagy Kathleen így pakolja meg azt, és vágja be a kenyereket. Aaron visszalendíti a lapátot a kemence szájához, és bepakolja a kenyereket a tűztérbe. Kivenni már könnyebb a cipókat, elég, ha Aaron a kenyerek alá csúsztatja a péklapátot, és átemeli a helyiség hátsó fala mellett álló rácsokra, hogy ott hűljenek ki.

Miután a kenyerek kihűltek, Ed és Aaron kosarakba válogatja, előkészítve a kiszállításra. Minden ügyfélhez két kosár tartozik, így miután kiszállította a teli kosarat, Ed haza tudja vinni az üreset, amit másnap újra megtöltenek a Della Fattoria aznapi, aprólékos gonddal készített, házi sütésű kenyerivel.

Szemben: A Della Fattoria pajtában kialakított pékműhelye a kora reggeli fényben.







H A L A D Ó K N A K

A Della Fattoria rusztikus sült fok- hagymás kenyere

- Két 500 grammos kenyérhez
- Elkészítési idő: legalább 30 óra, ebből nagyjából 45 perc a tényleges munka

A Della Fattoria egyik legnépszerűbb terméke minden bizonnyal ez a felülmúlhatatlan fokhagymás kenyér. Kerek kovászos cipó, kevés teljes kiőrlésű búzaliszttel ízesítve, melynek tölteléke sajt és sültfokhagyma-krém. A kenyér díszé egy gerezd héjában sült fokhagyma – szerencsés, aki megkaparítja –, és zöldfűszer-koszorú, amit a tűztől a liszt-takaró véd meg.

A tészta túl lágy ahhoz, hogy konyhai robotgépben dagasszuk, pedig olyan sokáig kell dolgozni rajta, hogy ez kézzel szinte lehetetlen, ezért ebben az esetben az álló mixer az egyetlen megoldás.

folytatás a következő oldalon

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐTTI NAP REGGELE: Felfrissítjük a kovászos előtész-
tát (ha eddig a hűtőben tároltuk, 2 nappal sütés előtt fogjunk hozzá a felfrissítéséhez, amit legalább há-
romszor ismételjünk meg). **A SÜTÉS ELŐESTÉJE:** Összeállítjuk a kovászt, és 4 órán át érni hagyjuk.
Megformáljuk és feldíszítjük a tésztát, majd nagyjából 4 órán át kelni hagyjuk. A kenyeret körülbelül
40 percig sütjük.

	Kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE A KOVÁSZ ELKÉSZÍTÉSE	8 órával korábban felfrissített, érett, tömör kovászos előtészta (103–106. oldal)	1 evőkanál plusz 1 teáskanál	18 gramm	30%
	Langyos víz	2 evőkanál plusz 1 teáskanál	35 gramm	58%
	Fehérítetlen, lehetőleg bio kenyérliszt	3 evőkanál	30 gramm	50%
	Teljes kiőrlésű búzaliszt	3 evőkanál	30 gramm	50%

A kovászos előtészta kis tálba tesszük, és feloldjuk vízben. Hozzáadjuk a lisztet, és addig dagasztjuk,
míg a kemény tészta összeáll. Fedeles tárolóedénybe tesszük, és kelni hagyjuk egy éjszakán (8 órán)
át, míg teljesen megkel, majd kicsit le is ereszt.

	Sültfokhagyma-püré	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A FOKHAGYMA- PÜRÉ ELKÉSZÍTÉSE	Fokhagyma	3 egész fej		
	Extra szűz olívaolaj	2-3 evőkanál		
	Só és frissen őrölt bors	ízlés szerint		

(A pürét azalatt is elkészíthetjük, míg másnap a tésztát először kelesztjük, ha úgy kényelmesebb.) A fok-
hagymafejeket félbevágjuk, hogy előbújjanak a gerezdek, meglocsoljuk kevés olívaolajjal, beburkoljuk
alufóliába, és 175 fokos sütőben nagyjából 1 óra alatt puhára sütjük. Úgy is süthetjük, hogy valami más
is van mellette a sütőben, ebben az esetben ahhoz a hőmérséklethez igazítsuk a sütési időt. (Ha sze-
retjük a sült fokhagymát, akár többet is készíthetünk a szükségesnél.) Hagyjuk kihűlni a gerezdeket.

A fokhagymagerezdeket kis tál fölé kinyomjuk a héjukból. Villával összetörjük, majd hozzáke-
verünk nagyjából 2 evőkanál olívaolajat. A krémet sóval és borssal ízesítjük. Átmerjük egy tároló-
edénybe, lefedjük, és felhasználásig hűtőbe tesszük.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Érett kovász			23%
	Langyos víz	1 ¾ csésze	390 gramm	78%
	Fehérítetlen, lehetőleg bio kenyérliszt	3 ½ csésze	500 gramm	100%
	Só	1 evőkanál	15 gramm	3%

Az érett kovászt egy tálban feloldjuk vízzel. Hozzáadjuk a lisztet. A tésztadagasztó karral alacsony fokozaton addig dagasztjuk, míg a tészta összeáll a karon. A sebességet közepes fokozatra kapcsoljuk, és a tésztát 25-30 perc alatt selymesre dagasztjuk. Ha nedves konyharuhát teszünk a mixer alá, az „nem indul sétára” a pulton. Ha a tésztát már eleget dagasztottuk, az kis időre összeáll a karon, összegyűjti a tésztamaradékokat a tál faláról, majd visszapottyant a tálba. Ha a mixer túl erősen rázkódik, vegyük vissza kicsit a sebességet. Adjuk hozzá a sót, és dagasszuk még nagyjából 5 percig, míg a tészta megmerevedik, és teljesen letisztítja a tál falát.

Ez nagyon lágy tészta. Ha nem pottyant vissza a tálba, adjunk hozzá még 1-2 evőkanál vizet.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE ÉS HAJTOGATÁSA

A tésztát olyan tárolóedénybe tesszük, melynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Lehetőleg 22-24 °C-on nagyjából 4 órán át kelni hagyjuk, míg levegőssé válik, alaposan megnő, de még nem kétszeres a mérete. A tésztát háromszor hajtogatjuk (28. oldal) a kelesztés alatt, 30 percenként, vagyis 30, 60 és 90 perc eltelte után, aztán a kelesztés fennmaradó idejében nem hóbortgatjuk.

A TÉSZTA GÖMBÖLYÍTÉSE ÉS PIHEN-TETÉSE

A tésztát és a munkalapot meghintjük lisztel, és kiborítjuk rá a tésztát. Félbevágjuk; a daraboknak 500 grammot kell nyomnia. Könnyedén legömbölyítjük a darabokat (29. oldal), és lazán lefedjük folpackkal. Pihenni hagyjuk őket 15-20 percig.

	Fokhagyma	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A TÉSZTA FORMÁLÁSA ÉS DÍSZÍTÉSE	Sültfokhagyma-püré	3 evőkanál		
	Száraz Jack vagy Asiago sajt, reszelve	1 bö csésze	60 gramm	12%
	Hámozatlan fokhagymagerezdek	2		
	Szép petrezselyem-vagy korianderszárak	6-8		

Az egyik tésztadarabot kérges felével lefelé enyhén belisztezett felületre helyezük, és kicsit kilapítjuk, a közepét vastagon hagyjuk. A fokhagymapüré felét a tészta közepére kenjük, majd rászórjuk a sajt felét. A tésztát a töltelékre hajtjuk, hogy ráncos batyut formáljon. Megfordítjuk a tésztát, és fészes cipóvá formáljuk, de úgy, hogy közben a tölteléket megpróbáljuk középen tartani (ha túl fészesre formáljuk, a töltelék a tészta tetejére kerül, és sütés közben szét fogja durrantani). Éles késsel kis metszést ejtünk a tészta tetejének közepén; körülbelül a harmadáig a mélyedésbe nyomunk egy gerezd fokhagymát. Benedvesítünk 3-4 ág petrezselymet vagy koriandert, koszorú alakban elrendezzük a fokhagyma körül, és kicsit belenyomjuk a tésztába. Ugyanígy formáljuk meg a másik tésztadarabot is. Kevés lisztet szítalunk a megformázott kenyerekre, hogy az befedje a díszítést.

A TÉSZTA MÁSODIK KELESZTÉSE

A cipókat a díszített felükkel lefelé vászonnal bélelt, vastagon belisztezett kosarakba vagy chipses-tálakba (22. oldal) tesszük. Gondosan letakarjuk, és 4 órán át kelni hagyjuk, míg szépen felnőnek.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Legalább 45 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, a rácsot a sütő második sínjére tesszük, arra pedig sütőkövet helyezünk. Az összes többi rácsot kivesszük, és a süttő előmelegítjük 220 °C-ra.

A KENYÉR SÜTÉSE

Közvetlenül a sütés előtt megtölthetjük a süttő gőzzel (30. oldal). A kenyereket sütőpapírra vagy belisztezett péklapátra borítjuk. Mindkét cipó tetejét nagy körben, a peremtől nagyjából 2,5 centire bemetsszük. A kenyereket a papírral együtt a forró kőre csúsztatjuk, és 35-40 perc alatt mindenütt sötétbarnára sütjük. A sütés félidejénél elfordítjuk a cipókat, és ha elkészülnek, rácsra téve hagyjuk kihűlni.





A Della Fattoria puliszkás kenyere

- Két 600 grammos cipóhoz
- Elkészítési idő: legalább 28 óra, ebből körülbelül 30 perc a tényleges munka

Gyönyörű, puliszkával bevont kovászos kenyeret nehéz sütni, nem tapasztalatlan pékeknek való. A tésztát több szakaszban készítjük, hogy teljesen megkeljen, mire hozzáadjuk a megfőzött, kihűlt puliszkát. A hosszú és bonyolult procedura eredménye magasra nőtt, csipkézett héjú kenyér lesz.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐTTI NAP REGGELE: Felfrissítjük a kovászt (ha eddig a hűtőben tároltuk, 2 nappal sütés előtt fogjunk hozzá a felfrissítéséhez, amit legalább háromszor ismételjünk meg). **A SÜTÉS ELŐESTÉJE:** Összeállítjuk a kovászt, és egy éjszakán át érni hagyjuk. **MÁS-NAP REGGEL:** Elkészítjük a puliszkát, és hagyjuk kihűlni. Elkészítjük a tésztát, és 3½ órán át kelni hagyjuk. Megformáljuk a tésztát, majd 2½ órán át kelni hagyjuk. A kenyeret 45 percig sütjük.

	Kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE A KOVÁSZ ELKÉSZÍTÉSE	8-12 órával korábban felfrissített, érett, tömör kovászos előtészta (103–106. oldal)	1 evőkanál plusz 1 teáskanál	20 gramm	20%
	Langyos víz	¼ csésze	60 gramm	60%
	Fehérítetlen kenyérliszt	⅔ csésze	100 gramm	100%

A kovászt kis tálba tesszük, és vízben feloldjuk. Hozzáadjuk a lisztet, és simára gyúrjuk a tésztát. Fedeles tárolóedénybe tesszük, és kelni hagyjuk egy éjszakán (8 órán) át, míg a négyszeresére nő, és leereszt, ha kicsit megnyomjuk.

	Puliszka	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A PULISZKA KÉSZÍTÉSE	Durva puliszkaliszt*	3 evőkanál	35 gramm	100%
	Hideg víz	¾ csésze	175 gramm	500%

*A sárga kukoricadara is beválik, ha nem kapunk puliszkalisztet.

Mikrohullámú sütőben is használható tálban összekeverjük a puliszkát és a vizet, majd a keveréket 4 percre magas hőmérsékletre állított mikrohullámú sütőbe tesszük. A masszának nagyon sűrűnek kell lennie. (A puliszkalisztet és a vizet kicsit nehéz lábosban is elkészíthetjük, folyamatos kevergetés mellett körülbelül 5 percig főzve, míg nagyon besűrűsödik.) Szeleteljük egy tányéron, és szoba-hőmérsékleten hagyjuk nagyjából 20 perc alatt kihűlni.

Az előző két oldalon: A Della Fattoria puliszkás kenyere

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Hideg víz	1 ¾ csésze	390 gramm	65%
	Fehérítetlen, 11,5-12% fehérjetartalmú, lehetőleg bio kenyérliszt*	1 ¾ csésze	265 gramm	44%
	Fehérítetlen, lehetőleg bio, magas sikértartalmú, 13-14% fehérjetartalmú liszt	2 ¼ csésze	335 gramm	56%
	Érett kovász			30%
	Só	1 evőkanál plusz ¾ teáskanál	18 gramm	3%
	Kihűlt puliszka			35%
	Durva puliszkaliszt (vagy sárga kukoricadara), a tészta kérgéhez			

* Helyettesíthető a Kathleen által is használt fajtával, a Sziklás-hegység Malomüzem Columbine-jával

Kimérjük a hideg vizet a keverőtálba, hozzáadjuk a lisztet, és a kezünkkel vagy fakanállal durva tésztát keverünk belőle. A tésztát 15 percig pihenni hagyjuk (autolízis).

A tésztadagasztó karral közepes fokozaton 15 perc alatt nagyon simára dagasztjuk. Hozzáadjuk a kovászt és a sót, majd simára, keményre dagasztjuk. A főtt puliszkát apránként adagoljuk a tésztához, és addig dagasztjuk, míg teljesen eggyé válik vele. A tészta nagyon nedves, kásaszerű lesz.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE ÉS HAJTOGATÁSA

A tésztát olyan edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Nagyjából 3 ½ órán át kelni hagyjuk, míg a tészta levegős lesz és alaposan megkel, de még nem nő a duplájára. A tésztát háromszor hajtogatjuk (28. oldal) a kelesztés alatt, 30 percenként, vagyis 30, 60 és 90 perc eltelte után, aztán a kelesztés fennmaradó idejében nem bántjuk. A hajtogatás után a tészta jóval keményebb lesz.

A TÉSZTA GÖMBÖLYÍTÉSE ÉS PIHENTETÉSE

Liszttel meghintjük a tésztát és a munkalapot, majd kiborítjuk rá a masszát. Félbevágjuk; mindkét résznek 650 grammot kell nyomnia. Könnyedén legömbölyítjük a darabokat (29. oldal), majd lazán lefedjük folpackkal. 15 percig pihenni hagyjuk.

A TÉSZTA FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

Némi durva puliszkalisztet öntünk egy nagy gyümölcstortaformába. A két tésztadarabot egyenletes és feszes kerek cipóvá formáljuk, anélkül hogy összeesnének. A tetejüket bespricceljük vízzel, majd megforgatjuk őket a puliszkalisztben, hogy az bevonatot képezzen. A két megformázott cipót a bevont felükkel lefelé béleletlen, szorosan font kosárba, műanyag chipsetálba vagy nagy szűrőedénybe tesszük. A vekniket gondosan lefedjük folpackkal, és 2-2 ½ órán át kelesztjük, míg alaposan meg nem nőnek.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Legalább 45 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, a rácsot a sütő második sínjére helyezzük, arra pedig sütőkövet teszünk. Az összes többi rácsot kivesszük, és a sütőt előmelegítjük 220 °C-ra.

A KENYÉR SÜTÉSE

Közvetlenül a sütés előtt megtölthetjük a sütőt gőzzel (30. oldal). A kenyereket kiborítjuk két külön darab sütőpapírra. Megszakítás nélkül, egyetlen mozdulattal spirálvonalat metsszünk mindkét kenyér tetejére: a kenyér közepétől indulva, a pengét szinte vízszintesen tartva a veknit vágás közben elforgatjuk a papíron. A cipókat a papírral együtt a forró kőre helyezzük. A kenyereket 40-45 percig sütjük, míg mindenütt egyenletesen sötétbarnák nem lesznek. A sütés félidejénél elforgatjuk őket. Ha elkészültek, rácson hagyjuk kihűlni.



HATALMAS KÉZMŰVES PÉKSÉG

Tom Cat Pékség

Long Island City, New York

A DELLA FATTORIA (LÁSD A 121. OLDAL) NAPONTA HÁROMSZÁZ KENYERET SÜT. A Tom Cat háromszáz különböző forma szerint süti kenyerait, körülbelül háromezer kilogramm liszt felhasználásával naponta nagyjából tízezer darabot. Pedig a Tom Cat is majdnem ugyanolyan meghitt kis vállalkozásnak indult, mint a Della Fattoria. A cég elnöke, Noel Comess a New York-i Kockás Zsiráf (Quilted Giraffe) étterem szakácsa volt, ekkoriban jött rá, hogy valószínűleg nem az övé az egyetlen étterem, mely nem tudja kielégíteni a jó minőségű kenyér iránti igényét. Így hát felmondott munkahelyén, és egy évig pincérkedett, míg kialakította üzleti tervét, pénzt gyűjtött a megvalósításához, és használt péküzemi felszerelés után kutatott. A Tom Cat Pékség a New York állambeli Long Island Cityben indult el egy garázsban, ahol nem volt más, mint „egy kemence, két villás keverő, egy baguette-formáló, egy osztógép, két asztal, egy targonca, egy íróasztal, hat kéz és két szék”. Két költőzéssel és több mint tíz évvel később a Tom Cat vezető szereplője a pékipari formatervezésnek, és Noelt gyakran kéri fel különböző előadások tartására.

James Rath, a Tom Cat termelési alelnöke végigvezetett bennünket a pékség területén, megmutatta, hogyan születik a pékség illatos daraliszt-filonéja. Egy nagy elzárt, szabályozott hőmérsékletű teremben kezdtük a sétát, amin belül a tésztakészítés, a formálás és a sütésre való előkészítés is külön területen folyik.

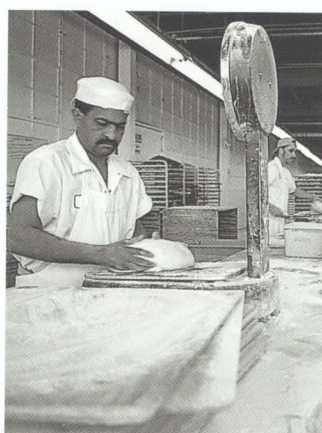
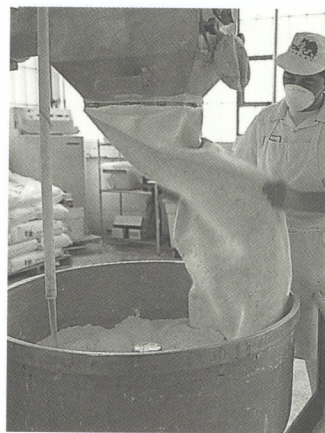
A leggyakrabban használt lisztet kéttartályos silóban tárolják – az egyik tartályban érhet a liszt, a másikkal pedig folyamatosan használnak a tésztákhoz. A siló alkalmazása rendkívül szokatlan a kézműves pékek közt, de nagyon hasznos, mert így a Tom Cat egész teherautónyi rakományokat tud vásárolni a lisztből, így megspórolva a papírszákok költségét. Ráadásul a két tartálynak köszönhetően a lisztet tíz-tizenkét napig is lehet érlelni, mielőtt felhasználnák, ez pedig igen fontos tényező manapság, hiszen nagyon kevés malom érleli maga a lisztjét, a kézműves pékek pedig nem hajlandók kémiai módszerekkel érlelt alapanyagot használni. Noel elmagyarázta, hogy amikor a liszt megérkezik a pékségbe, „még meleg a sűrűlódás miatt, melynek az őrlési folyamat során lett kitéve, szóval teljesen zöld”. Mivel pedig a zöld, vagyis éretlen liszt nagyon gyenge, a természetes érés fontos a kenyér minősége szempontjából.

A pék ellenőrzi a táblát, ami elárulja, éppen melyik siló van használatban, majd beüti a szükséges liszt mennyiségét a silót vezérlő számítógépbe. A lisztet sűrített levegő mozgatja a



Szemben: Az emelőszerkezet nagy adag frissen dagasztott tésztát borít ki a keverőtáliból; elöl az adatlap, melynek segítségével nyomon követhető a tészta útja a pékségben.

Fent: A Tom Cat kabalaállata, az alapítás után fogadták be.



Balról jobbra: A keverőtálba közvetlenül a silóból érkezik a liszt, közben a víz hőmérsékletét is ellenőrzik; a Tom Cat elsőrendű kenyereihez kézzel mérik és adagolják a tésztát; a zsemléket a kemencét automatikusan megpakoló szerkezeten kell elrendezni.

Szemben: James Rath magyarázza a szerzőnek a Tom Cat követési rendszerét.

pékségen keresztülvezető csöveken át, és juttatja el a tészta készítésére szolgáló terület közepén álló keverőtálba egy adagolózsákon keresztül.

Miután a többi hozzávaló is a keverőtálba került, a pék betáplálja a dagasztás idejét a gépet vezérlő számítógépbe, és hagyja, hogy az fejezze be a tésztát. A Tom Cat pékségnek több keverőgépe van, a legnagyobb ezek közül egyszerre akár 200 kilogramm tészta készítésére is képes. Bár a rendszer automatikus, a pék folyamatosan ellenőrzi a tésztát, és igazítja a mennyiségeket, több lisztet vagy vizet adva hozzá, ha ez szükséges a megfelelő állag eléréséhez. Amikor a tészta elkészül, a pék kivágja a tálból, és műanyag tárolóba teszi, hogy abban érlelődjön. Ha a tészta a nagyobb keverőgépben készült, a keverőtál-liftnak nevezett lenyűgöző szerkezet felemeli a tálat, és kiborítja a tartalmát az asztalra, ahol húszkilós darabokra vágják és aztán a kelesztőedényekbe helyezik. A nehéz keverőtálak emelgetése miatt a különböző hátfájdalmak igen gyakoriak a pékek körében, ezért az emelőszerkezet valóságos megváltás a dolgozók számára. A megtöltött érlelőedényeket annak a területnek a közelében sorakoztatják föl, ahol később a kenyereket formálják.

A munkafolyamat ezen pontján a keverést irányító munkásnak vagy felügyelőnek el kell végeznie némi papírmunkát. Egy nyomtatványon rögzítenie kell a nevét, a dagasztás befejezésének időpontját, a tészta hőmérsékletét, hogy milyen régi és milyen állagú az élesztős előtészta, hogy kellett-e a dagasztás során plusz lisztet adni

a tésztához, illetve le kell írnia a formázóknak szóló megjegyzéseket.

Miután a tészta megérett, a formálók csapatának kezei közé kerül, akik feldarabolják, lemérik, megformálják, és előkészítik a sütésre. A zsemleféleket és némelyik baguette-et géppel, de a „nagy kenyereket”, melyekre James különösen büszke, kézzel formázzák. A munkások kiborítják a tésztát a kelesztőedényekből az asztalra, tésztavágó késsel feldarabolják, és pontosan meghatározott súlyú darabokat mérnek belőle. Vannak olyan gépek, melyek képesek lennének elvégezni ezt a munkát, de azok kiszorítják az összes levegőt a megkelt tésztából. A megformált tésztadarabokat belisztezett vagy vászonnal bevont kelesztődeszkákra teszik, melyeket aztán kezekkel guruló rácsokra helyeznek.

A zsemleket és a többi, géppel formázott kenyérfélel tartó állványokat átgurítják a kelesztőbe, ami egy teljesen egyszerű helyiség, ahol szabályozzák a hőmérsékletet és a páratartalmat. A kelesztők a formálóhelyiség és a kemencék területe között vannak, így a megformázott kenyereket a formálóhelyiség felől tolják be, és a kemencék felé gurítják ki. A „nagy kenyerek” esetében a rusztikusabb külső a kívánatos, ezért azokat hagyják szobahőmérsékleten kelni.

A Tom Cat hatalmas spanyol kemencéjének tizen-nyolc tűztere van, és egy automatikus rakodószerkezet tartozik hozzá, melynek tizennyolc telepakolt kanavász szalagja várja, hogy egyszerre tölthesse meg a sütőtere-



A HŐMÉRSÉKLET SZABÁLYOZÁSA

A tészta hőmérséklete kulcsfontosságú tényező a pontosan meghatározott ütemezés alapján dolgozó nagy pékségekben. A hideg tészta lassan érik, és lehet, hogy nem is kel meg teljesen, mire a sütésre kerül a sor. Ha visszatartják, a későbbi sütetek ugyanúgy később fognak elkészülni. A meleg tészta azonban gyorsan érik, és talán már túl is kel, mire a sütő felszabadul. Hogy a dolgok az ütemezésnek megfelelően alakuljanak, a tészta hőmérsékletét szabályozni kell. (Otthon kisebb jelentősége van ennek, hiszen az adagok kisebbek, és nem is kell szigorú ütemezést betartanunk.)

Általában véve a Tom Catban 24-25 °C-on szeretik tartani a tészta – és a helyiségek – hőmérsékletét. A bizonyos esetekben hűtött élesztős előtészta, a liszt, a víz, a szoba és a mozgó keverőgép súrlódásából származó hőmérséklet mind hozzájárulnak a tészta dagasztás utáni hőmérsékletéhez, amit „érkezési hőmérsékletnek” hívnak. A pékek az idők során rájöttek, hogy a tészta hőmérsékletét legegyszerűbben a víz hőmérsékletével tudják szabályozni. Az elmélet az egyensúlyon alapszik. Ha a tészta nagy arányban tartalmaz hűtött élesztős előtésztát, meleg vizet kell hozzáadni; ha sokáig dagasztjuk, és így a súrlódás miatt többelhő keletkezik, hideg vizet használunk. Az úgynevezett „alaphőmérséklet-kalkuláció” képletének segítségével meghatározható, pontosan milyen hőmérsékletű vízre van szükség, hogy elérjük a kívánt érkezési hőmérsékletet.

A Tom Cat pékségben ezt a kalkulációt a számítógép által vezérelt vízgép végzi. A pék betáplálja a gépbe a szükséges vízmennyiséget és érkezési hőmérsékletet, és maga a számítógép adagolja a kívánt mennyiségű és hőmérsékletű vizet a tésztához. „Ez az egyik legnagyszerűbb szerkezet, amit valaha is vetünk” – jelentette ki Noel.

ket. A kemence működtetője a megkelt kenyereket a kelesztődeszkákkal együtt fém állványzatra teszi. Ezt a kemencerakodó szerkezet mögé gurítják, innen teszik át a kenyereket már deszka nélkül a vászonszalagokra. A rakodót ezután a kemencébe lökik, ahol az automatikusan a kemence aljára ejti a kenyereket. Ugyanilyen rendszerrel szedik ki a megsült kenyereket, csak akkor fordított a folyamat. Amikor a rakodót belökik a kemencébe, vászonszalagjai fellapátolják a kenyereket. A hűtéshez használt rácsokkal felszerelt állványzat szabaddítja meg a kemencéből kihúzott szerkezetet rakományától. Ezeket az állványokat a rakodótérbe gurítják át, ahol hagyják kihűlni.

Amint kihűltek, a kenyereket szétválogatják és becsomagolják, előkészítve őket a szállításra. „Háromszor szállítunk árut mindennap – mondja James –, így tudjuk a lehető legfrissebb kenyeret kínálni az embereknek.” Legjobb esetben a kisült kenyerek már négy órával azután rendeltetési helyükre (élelmiszerboltokba vagy éttermekbe) kerülhetnek, hogy kivették a kemencéből.

Mikor Noelt a Tom Cat szokatlan méreteiről kérdeztem, a következő választ kaptam: „Véleményem szerint nagyon sok múlik azon, hogy az embernek akkora telephelye legyen, ami elég nagy a rendes munkavégzéshez.” A cég lankadatlan, körültekintő gondoskodása kifizetődő – a kenyerek fantasztikus.

K Ö Z É P H A L A D Ó K N A K

A Tom Cat daraliszt-filonéja

- Egy 750 grammos kenyérhez
- Elkészítési idő: legalább 13 óra, ebből nagyjából 15 perc a tényleges munka

Ez a kenyér a jól ismert olasz–amerikai magvas daralisztkenyér előkelő változata. A jókora, szépséges kenyéren csupán egyetlen vágást ejtenek, megforgatják szezámmagban, és sötétbarnára sütik. A kenyérbél aranyszínű csipkéhez hasonlít, a daraliszt édes, telt ízét pedig az élesztős kovász (több információért lásd az „Öt hagyományos élesztős előtészta” című részt a 115. oldalon).

Univerzális és kenyérliszt keverékét használom, hogy 11,5% legyen a fehérjetartalom. Ha a King Arthur univerzális lisztet, vagy más 11,5% fehérjetartalmú liszttel dolgozunk, egyszerűen használjuk azt a kétféle liszt helyett.

James szereti sokáig pihentetni (autolízis) ezt a tésztát, legalább 15 percig, de lehetőleg 1 órán át, mivel ennek köszönhetően tényleg „jobb volumenű és szebben szelhető a kenyér”.

Ha elkészül, a Tom Cat filonéja 1 kilót nyom és 70 cm hosszú, de én lekicsinyítettem, hogy könnyedén beférjen az otthoni sütőbe is.

folytatás a 138. oldalon





A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐESTÉJE: Elkészítjük az élesztős kovászt, és 8 órán át érni hagyjuk. **MÁSNAP REGGEL:** Elkészítjük a tésztát, kelni hagyjuk 3 órán át. Megformáljuk, 1 órán át kelesztjük, majd körülbelül 55 percig sütjük.

	Élesztős kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE AZ ÉLESZTŐS KOVÁSZ KÉSZÍTÉSE	Porélesztő	¼ teáskanál		(összességében 0,1%)
	43-46 °C-os víz	1 csésze		
	Fehérítetlen kenyérliszt	½ csésze	75 gramm	50%
	Fehérítetlen univerzális liszt	½ csésze	75 gramm	50%
	Víz (a hőmérséklet meghatározását lásd lent)	½ plusz 1 evőkanál	135 gramm	(összességében 130%)

Az élesztőt az üveg mérőedénybe töltött meleg vízbe szórjuk, elkeverjük, és 5-10 percig állni hagyjuk. A kétféle lisztet összekeverjük egy tálban. Hozzáadunk ¼ csésze élesztős vizet, így 1/16 teáskanál élesztő kerül bele. A maradék vizet – nyáron jéghideget, télen meleget – is hozzáöntjük. A folyós tésztát fakanállal simára keverjük. Szorosan lefedjük folpackkal, és egy éjszakán át, nagyjából 8 óráig érni hagyjuk, vagy míg a felszínén elpattannak a buborékok, és mély ráncokat vet.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Durumliszt*	1½ csésze	250 gramm	83%
	Fehérítetlen univerzális liszt	⅓ csésze	50 gramm	17%
	Langyos víz	¾ csésze plusz 3 evőkanál	205 gramm	68%
	Porélesztő	¼ teáskanál		0,3%
	Érett élesztős kovász			103%
	Só	1½ teáskanál	9 gramm	2,9%
	Szezámag	nagyjából 2 csésze		

* Különösen finom szemcséjű, kétszer őrölt durumbúzalisztet kell keresni, amit néha durumlisztnek, néha extra finom tészta lisztnek vagy patent durumlisztnek is neveznek. A daraliszt, ami jóval durvább szemcséjű, itt nem válik be. (Lásd Források, 234. oldal.)

kézzel: A liszteket és a vizet összekeverjük, és viszonylag simára gyúrjuk ezt a kemény tésztát. Lefedjük folpackkal, és legalább 15 percig, de inkább 1 órán át pihenni hagyjuk (autolízis).

Az élesztőt az élesztős kovászbba szórjuk, elkeverjük, és 5 percig állni hagyjuk. A kovászt a tészta-hoz adjuk, és a két anyagot lisztezetlen munkalapon nagyon simára gyúrjuk, nagyjából 10 perc alatt. Tésztakaparó segítségével könnyebben tudunk dolgozni a tésztával. Rászórjuk a sót, és addig dagasztjuk, míg az felszívódik a tésztában.

kézi mixerrel: A liszteket és a vizet összekeverjük a gép táljában, és a tésztadagasztó karral alacsony fokozaton addig keverjük a kemény tésztát, míg összeáll. Lefedjük folpackkal, és pihenni hagyjuk (autolízis) legalább 15 percig, de inkább egy órán át.

Az élesztőt az élesztős kovászba szórjuk, elkeverjük, és 5 percig állni hagyjuk. A kovászt a tésztához adjuk, és alacsony fokozaton körülbelül 5 perc alatt összedagasztjuk, hogy nagyon sima tésztát kapjunk, ami összegyűjti az edény faláról is a foszlányokat. Rászórjuk a sót, és további 2 percig dagasztjuk, míg az felszívódik a tésztában.

Adjunk egy evőkanál vizet a tésztához, ha túl száraznak tűnik, és 2-4 evőkanál univerzális lisztet, ha túl nedves. A tészta állaga sokban múlhat a durumliszt frissességén és finomságán. A tésztának lágynak és ragadósnak kell lennie, de nem lehet folyós.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE ÉS HAJTOGATÁSA

A tésztát olyan edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Nagyjából 3 órán át kelni hagyjuk, míg könnyű, buborékos nem lesz, és a duplájára nő. A tésztát 20 percenként, háromszor hajtogatjuk (28. oldal) a kelesztés során, vagyis 20, 40 és 60 perc elteltével, aztán a hátralévő időre békén hagyjuk a tésztát.

A TÉSZTA PIHENTETÉSE

A szezámmagokat kiöntjük egy tepsibe. A lenruhán kialakítunk egy hajtást a kelő kenyérnek. Nem kell belisztezni a kendőt. A tészta tetejét és a munkalapot viszont megszórjuk egy kevés liszttel. Kiborítjuk a tésztát a munkalapra, és könnyedén legömbölyítjük (29. oldal). Lefedjük, és a szokásosnál jóval tovább, 20-30 percig pihenni hagyjuk.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Míg a tészta pihen, rácsot teszünk a sütő második sínjére, és sütőkövet helyezünk rá. Az összes többi rácsot kivesszük, és a sütőt előmelegítjük 205 °C-ra.

A TÉSZTA FORMÁLÁSA, DÍSZÍTÉSE ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

A tésztát kérges felével lefelé az enyhén belisztezett munkalapra tesszük. Az alsó szélét felhajtjuk, és a tenyerünk élével finoman rányomjuk a közepére, majd ugyanígy lehajtjuk a felső szélét is (mint ha hivatalos levelet hajtogatnánk). A tésztát olyan finoman kell kezelnünk, amennyire csak lehet, nehogy kidurrantsuk a benne rejlő buborékokat. Tenyerünk élével sekély árkot alakítunk ki a tészta közepén, és lehajtjuk a tészta felső szélét egészen a munkalapig, majd hüvelykujjunkkal visszanyomjuk a tészta irányába, hogy így szoros, de még mindig nagyon levegős hengert kapjunk. A széleket összezárjuk a tenyerünk alsó élével. A tésztát a zárt szélekkel lefelé fordítjuk, és elkezdjük finoman megnyújtani a hengert. A két tenyerünket a tészta közepére helyezzük, és könnyedén előre-hátra görgetjük, vigyázva, hogy a tenyerünk alsó éle és az ujjaink hegye is folyamatosan hozzáérjen a munkalaphoz. Ahogy a tészta nyúlik, fokozatosan távolítsuk el egymástól a két kezünket, anélkül, hogy megfeszítenénk a hengert, de hagyva, hogy magától hosszabbodjon. Folytatjuk a sodrást, míg a tészta körülbelül 30 cm hosszú lesz; így kényelmesen elfér majd egy 40 cm hosszú sütőkövön (a tészta tovább fog nőni a kelesztés és a kezelés alatt).

A megformázott tésztát megforgatjuk a szezámmagban, ügyelve, hogy mindenütt jól befedje. Ha a tészta elég nedves, a magok rá fognak tapadni; ha szükséges, előtte bepermetezhetjük vagy megkenhetjük vízzel.

A tésztát a zárt szélekkel lefelé (már ha még megtaláljuk, hol záródtak a szélek, de ha nem, az sem gond) a lenruhába tesszük, alaposan befedjük az anyag egy hajtásával, majd 30-60 percig kelni hagyjuk, míg a tészta nagyon lágy nem lesz, alaposan felkel, és csak lassan ugrik vissza a fala, ha benyomjuk az ujjunkkal.

A KENYÉR SÜTÉSE

Közvetlenül sütés előtt megtölthetjük gőzzel a sütőt (30. oldal). A kenyeret egy darab sütőpapírra fordítjuk úgy, hogy a lenruhában lefelé fordított fele most felfelé nézzen, aztán kiegyenesítjük. Egyélű pengével egyetlen sekély vágást ejtünk rajta a kenyér egész hosszában. Alaposan bespricceljük vízzel, és a papírral együtt a sütőkőre csúsztatjuk. Addig sütjük, míg a metszés széle nagyon sötétbarnára sül, maga a kenyér pedig mindenütt aranybarna; ehhez nagyjából 40-45 perc szükséges. A sütés félidejénél elforgatjuk a kenyeret. Ha elkészült, rácson hagyjuk kihűlni.



EGY IGAZI PÉK FATÜZELÉSŰ KEMENCÉJE

Búzamezők Pékség/Kávézó

Lawrence, Kansas

A TENGERKÉK ÉJSZAKAI ÉG TELE CSILLAGKÉPEKKEL, a látvány egyike a korai óra kevés előnyének. A rádió legtisztábban befogható csatornából áradó, a századvégre vonatkozó, apokaliptikus, zavaros prófécia tartanak minket ébren a maguk csodálmivalóan ostoba, paranoiás évrendszerével. (Több más, háborzongató jóslat közt arról is értesültünk, hogy délnyugaton egy repedésből káros gázok fognak szivárogni, melyek hatásaként a helyi önkormányzat kénytelen lesz örökre betiltani a szabadtéri sütögetést.)

Végül csak felvillan a fényszórónk sugarában a Lawrence-t jelző első tábla. A kis egyetemi város Missouri államban található, Kansas Cityhez tartozik. Végighajtunk a sötét utcákon, és a város főutcáján könnyedén megtaláljuk a Búzamezők Pékség/Kávézót (WheatField bakery/café).

A pékségben fény világít a pult mögött. Szerencsére Thom Leonard, a Búzamező pékje és társtulajdonosa néhány perccel megelőzött minket, hajnali 4-kor, előttünk 5 perccel korábban érkezett. Thom elkötelezett kerékpáros, aki többnyire elteker a munkahelyére, de előző hónapban összeütközött egy autóval (ami nem állt meg a stop táblánál), és szilánkosra törte a térdkalácsát, így egy időre kivonta magát a forgalomból. Nem tud dolgozni, nem tud vezetni, és rendkívül nyomorúságosan érzi magát.

Hajnali 4.15-kor a Llopi típusú huszonöt tonnás, kerek spanyol kemence falára helyezett hőmérőről a biztató 250 °C-os hőmérséklet olvasható le. Thom imádja ezt a kemencét, és mint a kapitány a régi jó vitorlását, ő is szépen feldíszítette kedves munkaeszközét. A rácsot a helyi kovács készítette hozzá, és búzát, búzamagokat, és hasonló motívumokat ábrázoló faragott cserépek helyettesítik a szokványos vörös téglát. Pontosan a tűztér ajtaja fölött cserépbetűkből kirakott név – Fornax – olvasható, a kemence római istennőjéé, illetve, ahogy Thom elárulta, „A kemence latin, egyes számú, nőnemű, alanyesetű neve.”

A kemence a tegnap déli felfűtés óta nem nagyon hűlt ki. Thom szikár, komoly, szögletes arcú, sűrű, sötét hajú, hatalmas kék szemű férfi, a sütőtér ajtaja előtti kis mélyedésben ül, sérült lába mereven kinyújtva maga előtt. Mélyen a kemencében kis halom hamuszürke szén parázslík.

– Megpróbáljuk mindig annyi szénrel megrakni a tűzteret – mondja –, hogy ne kelljen mindennap újra gyújtóssal és aprófával begyújtani. – A süteménypult alatt szépen elrendezett halomból néhány hasáb fát tesz a karnyújtásnyira lobogó tűzre. A farakás a nap folyamán lassan lepad,



Szemben, balra fent: Thom Leonard bemetszi a tésztát; jobbra fent: a tűztér befűtése az első kenyerek sütése előtt; balra lent: a pék lapátnyi kenyeret csúsztat a kemencébe, foga közé szorítva a pengéjét, balra lent: Thom ezüstnyelű szikéje; Fent: A Búzamezők homlokzata.

ahogy Thom vagy ideiglenes helyettese mindig újabb hasábot dobnak a tűztérbe. – Figyelemre méltó, mennyire pontosan lehet szabályozni ennek a kemencének a hőmérsékletét. Szerintem még jobban is, mint amennyire egy gáztüzelésű kemencéét lehet – jelenti ki Thom.

– Mivel szabályozható?

– Hogy mennyi fát tesz bele az ember, éppen hány kenyeret süt benne, és milyen magas a hőmérséklet, amikor sütni kezd. Minden a péken múlik.

– Mi van akkor, ha a kenyér sütésre kész, de a kemencének nem olyan a hőmérséklete, mint amit szeretnél?

– De olyan. Mindig éppen olyan.

Vagy mindig éppen olyan Thomnak. Kansasben nő fel, ahol a rádióban tizenöt percenként bemondják a búza tőzsdei árfolyamát. Állítása szerint észrevétlenül sodródott a kenyérsütés irányába. De szakmai tudása túlnő a hétköznapi érdeklődés szintjén, a búza, a búza-termelés és -örlés alapos ismeretét ötvözi a kézműves kenyérsütésről birtokolt lexikális tudásával.

Alaposan megdolgozott ezért a széles körű tudásért. Az első pékségben, ahol dolgozott, az első évben olyan Turkey Red búzából őrölt teljes kiőrlésű lisztből sütötte a kenyeret, melyet ő maga termesztett vegyszerek alkalmazása nélkül, és saját kezűleg aratott, tisztított és őrölt meg. (A Turkey Red egy jól ismert búzafajta, melyet a mennoniták honosítottak meg, és ősi származása, illetve tisztasága miatt nyilvánvalóan vonzó Thom számára. Ahogy fanyarul megjegyezte: „Hát azon bizony nincs rajta a chicagói Kereskedelmi Testület pecsétje!”) Nem meglepő, hogy kivitelezhetetlennek bizonyult, hogy a búza termesztését és őrését, illetve az így kapott lisztből a kenyérsütést is ő maga végezze, de ennek ellenére felbecsülhetetlen értékű leckeeként gondol az akkoriban szerzett tapasztalatokra.

– Szerintem fontos, hogy ha nem is próbál ki mindent saját kezűleg a pék, figyelje meg, tanulmányozza, és legyen tisztában vele, mit jelent, miből áll búzáat termesztetni vagy őrölni.

Miután a kemencét befűtötték, a sütőteret pedig vízbe áztatott konyharuhák segítségével megtöltötték gőzzel, David elkezdte bepakolni a nap első sütését. Péklapátját a tűzhely szája és a háta mögött lévő formálópad közé támasztotta. Először az előző nap készült kenyeret süti meg, melyek egész éjszaka keltek a hűtőhelyiségben. David precíz bemetszéseket ejt a hideg tészta. Gondosan és megfontoltan végzi a dolgát, hiszen Thom figyel minden mozdulatát. Ez még csak a negyedik napja a Búzamezők Pékségben, szemmel láthatóan igyekszik jó benyomást kelteni.

Dave még csak néhány deszkányi kenyeret pakolt be a kemencébe, de Thom már szintén kedvet kapott hozzá. Átbújik a lapát alatt, és lekapja ezüstnyelű szikéjét a kemence fém homlokzatán lévő mágneses tartóról. Hamar rátalál megszokott gyors, ritmikus mozdulataira – a megkelt kenyeret a kosárból a péklapátra pakolja, majd villámgyorsan bemetszi; aztán a szikét a szájába kapja, összeszorított fogaival megtartja, a kenyeret pedig két kézzel tartott lapáttal a sütőtérbe löki, aminek az aljzatát aztán elforgatja, így a sütőtér hátsó részébe juttatva a kenyeret. Mozdulatai hatékonyak, olajozottak, látszik rajtuk a gyakorlat. Thom így érzi elemében magát, és teljesen nyilvánvaló, milyen nehéz lehet neki, hogy sérülése miatt a kispadra szorult, szenvedélyétől távol.

Mikor az éjszakán át kelesztett kenyerek kikerülnek a kemencéből, már 6.45 van. Dave felszítja a tüzet, és magára hagyja, hogy a hőtartalék újratermelődjön.

Egészségesen Thom az egész munkanapját itt tölti, a kemence szájánál, kenyeret pakolva bele. Alaposan kiismerte ennek a kemencének a sajátosságait, és megtanulta, hogyan sütheti tökéletesre a vekniket.

– Mindegyik kenyérnek eljön a maga ideje. Nem tehetjük meg, hogy először a baguette-eket sütjük meg, csak azért, mert éppen úgy tartja kedvünk. Először az egész éjszaka kelesztett kenyeret kell megsütni, aztán a késleltetetteket (amelyek az éjszakát a késleltetett kelesztőben töltötték). Ezután következnek az aznapi kenyerek. Először a ciabattát készítjük; kisebb páratartalomra van szükségük, és az igazán forró kemencét szeretik. Ezután jönnek a baguette-ek, ezeket már kicsit kevésbé forró sütőben, viszont rengeteg gőzzel sütjük. A ciabatte kicsit tompítja a 250 °C-os hőmérsékletet, és gőzt is termel. A tészta készítés a sütési napirend része. Elsősorban nem az határozza meg a beosztást, hogy a vásárlók mikorra szeretnék az árut, inkább az, hogy a sütő éppen melyik kenyérnek megfelelő.

Itt még a kemencét megtöltő gőz is különleges. Thom felhívja rá a figyelmünket, hogy a kemence ajtaja kicsi, és alacsonyabban van, mint a sütőkamra teteje, így nem gomolyog ki a gőz belőle, ha kinyitjuk az ajtót.

– A gőz nem egyszerűen vízpára – emlékeztet rá Thom. – Tartalmazza mindazokat az anyagokat, melyek kipárolognak a már a kemencében sült kenyeréből, ez pedig összetömríti a kenyér héját, hatással van annak kialakulására. A kemencében sült minden egyes kenyér hatással van a többi kenyérre. Ez a hatás nem túl feltűnő, de mélyreható.

A kemence a pékség legfontosabb berendezése – akkora a kerülete, hogy kilóg a járdára is. Az ilyen kemence legalább annyiba kerül, mint egy jó minőségű



Thom félbevágott falusi franciakenyeret (145. oldal) tart elénk

külföldi gáztüzelésű kemence, a használata pedig bizonyultabb, de Thom soha nem cserélné le.

– Nem tudom, hogy honnan szedtem, de apránként összeállt bennem a kép, hogy a kemencének fatüzelésűnek, téglából építettnek kell lennie, melyben természetesen oszlik el a hő. Valahogy úgy tűnik, hogy ez elteti a kenyeret, így megéri a fáradságot. A tüzelőanyagától függően mindig kicsit más lesz a kenyér. A fából keletkező hő más, mint amit a szén ad, az pedig különbözik a gáz égéséből származó hőtől. Mindhárom lehet egyformán jó, de nagyon nagy köztük a különbség – mégse mondaná meg senki a megevett kenyér alapján, miben áll ez a különbség.

Thom szemmel láthatólag hisz benne, hogy a kenyér számára az a legmegfelelőbb hő, ami az ő kemen-

céjében keletkezik. David kipakolja a kész kenyeret egy rácsra. A héjuk vastag, de Thom mégis bele tudja vájni hüvelykujját az egyik kenyérbe, hogy meghallgassa a roppanást, és felmérje a héj vastagságát. A héj inkább matt, mint fényes, égésnyom nem látszik rajta. A bemosások szélesen kinyíltak, ezért látszik a kenyér mézszínű alsó héja. Itt most megtanultam, hogy a kenyér héja a fatüzelésű kemencében sül meg a legszebben.

Megjegyzés: Látogatásom óta Thom Leonard otthagyta a Búzamezők Pékséget, és szeretett Llopis kemencéjében most a nagybani „Tányárol a piacra” Kenyér sütő Vállalatnál (Farm to Market Bread Company) készíti a kenyeret Kansas Cityben, Missouri államban.



Thom Leonard falusi franciakenyere

- 1,8 kilós kenyérhez
- Elkészítési idő: legalább 18 óra, ebből nagyjából 30 perc a tényleges munka

A kenyeret a korpás liszt teszi igazán különlegessé. A megszitált teljes kiőrlésű búzaliszt jóval világosabb színű a 100%-os teljes kiőrlésűnél, az íze pedig édesebb, de a 72%-os kiőrlésű fehér lisztnél azért jóval sötétebb és ízletesebb. Thom a Sziklás-hegység Malomüzem Alpine lisztjét használja (lásd *Források*, 234. oldal).

Az itt megadott módszer, melyet követve az ember saját korpás lisztet készíthet, elsősorban durvára őrlött teljes kiőrlésű búzaliszttal működik. Ha már eleve jó minőségű korpás lisztet használunk, egyszerűen helyettesítjük azzal a teljes kiőrlésű és kenyérliszt keverékét. Thom kevés rozsliszttel készült kovászos előtészta is kever a tésztához, de olyan keveset, hogy én inkább kicsit növeltem a kovász mennyiségét, és a rozslisztet magához a tésztához keverem.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐTTI NAP REGGELE: Felfrissítjük az aktív kovászsúndat (ha eddig a hűtőben tároltuk, 2 nappal sütés előtt fogjunk hozzá a felfrissítéséhez, amit legalább háromszor ismételjünk meg). **A SÜTÉS ELŐESTÉJE:** Összeállítjuk a kovászt, és egy éjszakán át érni hagyjuk. **MÁSNAP REGGEL:** Összeállítjuk a tésztát, és hagyjuk kelni 3 órán át. Megformáljuk a tésztát, majd körülbelül 4 órán át kelni hagyjuk. A kenyeret kicsit több mint egy óráig sütjük.

	Kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE A KOVÁSZ KÉSZÍTÉSE	8-12 órával korábban felfrissített, érett, tömör kovászos előtészta (103–106. oldal)	1 ½ evőkanál	25 gramm	17%
	Langyos víz	¾ csésze	140 gramm	100%
	Fehérítetlen kenyérliszt	1 csésze 1 evőkanál híján	140 gramm	100%

A kovászos előtészta kis tálban feloldjuk a vízben. Hozzáadjuk a lisztet, és a palacsintaszerű tésztát simára keverjük. Fedeles tárolóedénybe tesszük, és egy éjszakán át, 8 óráig kelni hagyjuk, vagy míg teljesen megkel, és a közepe kezd beesni.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Durva szemcsés teljes kiőrlésű búzaliszt, lehetőleg kemény téli biobúzából	nagyjából 2 ½ csésze	kb. 350 gramm	(összességében 25%)
	Fehérítetlen, lehetőleg bio kenyérliszt	5 csésze	750 gramm	75%
	Teljes kiőrlésű bio rozsliszt	¼ csésze	30 gramm	3%
	Víz	3 csésze	660 gramm	66%
	Érett kovász			30%
	Só	1 evőkanál plusz 1 ½ teáskanál	23 gramm	2,3%

folytatás a következő oldalon

A LISZT ELŐ- KÉSZÍTÉSE

A teljes kiőrlésű búzalisztet átszitáljuk a legfinomabb szövetű szitánkon vagy a lisztszitálón. A nagy kovászdaraboknak fenn kell akadniuk a szitán (később használhatjuk őket a péklapát belisztezésére, vagy muffinkészítéshez). Kimérünk 2 csésze és 3 evőkanál (250 gramm) szitált lisztet. Ezt a sötét lisztet keverjük el a kenyérliszttel és a rozsliszttel egy nagy tálban vagy a robotgép keverőtájkában.

Az érett kovászhoz hozzáadjuk a vizet, hogy így könnyebb legyen kivenni az edényéből.

A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE

kézzel: A vizezett kovászt a lisztekhez öntjük, és kezünkkel vagy fakanállal elkeverjük, hogy az alapanyagok durva tésztává álljanak össze. Ezt kiborítjuk a lisztezetlen munkalapra, és körülbelül 10 perc alatt nagyon simára, fényesre gyúrjuk. Ez jókora adag tészta, ezért nem könnyű meggyúrni. Rászórjuk a sót, és tovább dagasztjuk, míg a só teljesen felszívódik benne, a tészta pedig sima és fényes lesz.

álló mixerrel: A vizezett kovászt a mixer keverőtájkában összekevert lisztekhez öntjük, és kezünkkel vagy fakanállal elkeverjük, hogy az alapanyagok durva tésztává álljanak össze (így könnyebb lesz utána a géppel keverni). A tésztadagasztó karral közepes fokozaton 10-15 percig dagasztjuk a tésztát, míg az nagyon sima nem lesz, és majdnem minden tésztafoszlányt összeszed a tál faláról. Hozzáadjuk a sót, és még 5 percig dagasztjuk, míg a tészta sokkal tömörebb lesz, és összeszed minden foszlányt a tál faláról.

Ez lágy, ragadós, rugalmas tészta.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE ÉS HAJTOGATÁSA

A tésztát olyan edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Nagyjából 3 órán át kelni hagyjuk, míg levegős nem lesz, alaposan megkel, de még nem nő a kétszeresére. A kelesztés folyamán háromszor hajtogatjuk a tésztát (28. oldal), 30 perces időközönként, vagyis 30, 60 és 90 perc elteltével, majd pihentetjük a kelesztés hátralevő idejére.

A TÉSZTA GÖMBÖLYÍTÉSE ÉS PIHENTETÉSE

Megszórjuk liszttel a tésztát és a munkalapot is, majd kiborítjuk rá a tésztát. A széleit maga alá hajtjuk, hogy feszesebb legyen, gömbölyítjük (29. oldal), majd lazán lefedjük folpackkal. Pihenni hagyjuk 10-15 percig. Amíg a tészta pihen, lisztet szitálunk egy vászonnal bélelt kosárba, vagy kibélelünk egy nagy szűrőedényt egy alaposan belisztezett konyharuhával.

A TÉSZTA FORMÁ- LÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

A tésztát egyenletesen feszes, kerek cipóvá formáljuk, anélkül hogy leeresztenénk. Tetejével lefelé fordítva a vászonnal bélelt kosárba vagy szűrőedénybe tesszük, megszórjuk egy kevés liszttel, aztán gondosan lefedjük folpackkal. A tésztát nagyjából 4 órán át kelesztjük, míg alaposan felkel, nagyjából a duplájára nő, és a belisztezett ujjunkkal ejtett kis mélyedés nem simul ki az oldalán.

A SÜTŐ ELŐ- MELEGÍTÉSE

Legalább 45 perccel azelőtt, hogy a kenyér teljesen megkelne, sütőrácsot helyezünk a sütő második sínjébe, és rátesszük a sütőkövet. A használatban lévő rácson kívül az összes többi kivesszük. A sütőt előmelegítjük 230 °C-ra.

A KENYÉR SÜTÉSE

Közvetlenül a sütés előtt megtölthetjük a sütőt gőzzel (30. oldal). A kenyeret kiborítjuk egy darab sütőpapírra vagy belisztezett péklapára, és 3-4 átlós, illetve 3-4 horizontális metszést ejtünk a tetején. A mintázat úgy fog kinézni, mint egy ferde rács, melynek nyílásai gyémánt alakúak. A kenyeret papírral együtt a forró kőre csúsztatjuk, és a kenyeret nagyjából 70-80 percig sütjük, míg mindenütt egyenletesen sötétbarnára sül, és kongó hangot ad, ha megkopogatjuk az alját. A sütés félidejénél megforgatjuk. Ha túl gyorsan barnul, vegyük vissza a hőmérsékletet 205 °C-ra, de így is legalább 70 percig süssük a kenyeret. Ha elkészül, rácson hagyjuk kihűlni.

Thom Leonard Kalamata olívás kenyere

- Két 750 grammos kenyérhez
- Elkészítési idő: legalább 27 óra, ebből nagyjából 20 perc a tényleges munka

Ez a recept klasszikussá vált a kézműves pékek körében, szinte minden pékségben és kenyeres receptkönyvben megtalálható, de úgy döntöttem, én is leírom itt, mert a Thom Leonard által készített változat messze a legjobb, amit kóstoltam. Thom szerint a rengeteg majdnem egész, nagyon érett, feketés-lila Kalamata olajbogyó miatt, amit ő az egyszerű kovászos alaptésztához kever. Az olívákat Nicolától szerzi be, aki kizárólag nagyban ad el árut, de a Zingerman cég, ami a michigani Ann Arborban székel, ugyanilyen jó minőségű olajbogyókat küld ki postán a vevőknek, ha a „nagy Kalamatát” rendelik (lásd *Források*, 234. oldal). Ne használjuk a kicsi, kemény, halványlila Kalamatát, ami az élelmiszerboltokban kapható; a kenyér úgy nem lesz az igazi.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐTTI NAP REGGELE: Felfrissítjük a kovászos előtészta-t (ha eddig a hűtőben tároltuk, 2 nappal sütés előtt fogjunk hozzá a felfrissítéséhez, amit legalább háromszor ismételjünk meg). **A SÜTÉS ELŐESTÉJE:** Összeállítjuk a kovászt, és egy éjszakán át érni hagyjuk. **MÁSNAP REGGEL:** A tésztát még reggel elkészítjük, 3 órán át kelni hagyjuk. Megformáljuk a tésztát, majd nagyjából 3 órán át kelni hagyjuk. A kenyeret 45 percig sütjük.

	Kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE A KOVÁSZ KÉSZÍTÉSE	8-12 órával korábban felfrissített, érett, tömör kovászos előtészta (103–106. oldal)	1 ½ evőkanál	25 gramm	20%
	Langyos víz	½ csésze	115 gramm	100%
	Fehérítetlen kenyérliszt	¾ csésze	115 gramm	100%

A kovászt egy kis tálban feloldjuk a vízben. Hozzáadjuk a lisztet, és a palacsintatésztára hasonlító tésztát simára keverjük. Fedeles tárolóba tesszük, és egy éjszakán át, 12 óráig kelni hagyjuk, vagy míg teljesen feljön, a közepe pedig kezd beesni.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Langyos víz	1 ¼ csésze plusz 2 evőkanál	320 gramm	63%
	Érett kovász			50%
	Fehérítetlen, lehetőleg bio kenyérliszt*	1 ⅓ csésze	250 gramm	50%
	Fehérítetlen, lehetőleg bio univerzális liszt	1 ⅓ csésze	250 gramm	50%
	Teljes kiőrlésű, lehetőleg bio rozsliszt	¼ csésze	30 gramm	6%
	Só	1 evőkanál	14 gramm	2,7%
	Nagyon érett és ízletes Kalamata olajbogyó	1 ¼ csésze	285 gramm (kimagozva 225 gramm)	45% (magozva)

*Vagy használjunk ¾ csésze (500 gramm) King Arthur univerzális lisztet helyettük.



kézzel: A vizet az érett kovászhoz öntjük, hogy így könnyebb legyen eltávolítani az edényből. Összekeverjük a liszteket egy nagy tálban. Hozzáöntjük a vizezett kovászt, és kézzel vagy fakanállal addig keverjük, míg durva tésztává nem áll össze. Kiborítjuk a tésztát a lisztezetlen munkalapra, és tésztakaparó segítségével nagyjából 10 percig dagasztjuk, míg nagyon sima és fényes nem lesz. Rászórjuk a sót, és tovább dagasztjuk 3 percig, míg a só teljesen felszívódik, a tészta pedig tömörebb lesz.

Kimagozzuk az olajbogyókat, és gyengéden a tésztához gyúrjuk, úgy, hogy egyenletesen oszoljanak el benne. Az olajbogyónak csak sötétlila pettyekkel kell díszítenie a kenyeret, nem kell az egésznek lilának lennie.

kézi mixerrel: A vizet az érett kovászhoz öntjük, hogy így könnyebb legyen eltávolítani az edényből. A liszteket a gép keverőtádjába öntjük, és kézzel gyorsan elkeverjük. A vizezett kovászt a lisztekhez öntjük, és a kezünkkel vagy fakanállal addig keverjük, míg durva tésztává nem áll össze. A tésztadagasztó karral közepes fokozaton nagyjából 15 percig dagasztjuk, míg a tészta nagyon sima és fényes nem lesz, a tál faláról pedig összeszedi a tésztafoslányokat. Rászórjuk a sót, és körülbelül 3 percig tovább dagasztjuk, míg a só felszívódik, a pedig tészta tömörebb lesz. Kivesszük a tésztát a tálból, és belisztezten munkafelületre tesszük.

Kimagozzuk az olajbogyókat. Hogy ez könnyebben menjen, a nagykés oldalával kicsit összenyomjuk, majd az ujjunkkal kipiszkáljuk a magokat. Gyengéden a tésztához gyúrjuk az olajbogyókat, úgy, hogy egyenletesen oszoljanak el benne. Az olajbogyónak csak sötétlila pettyekkel kell díszítenie a kenyeret, nem kell az egésznek lilának lennie.

A tészta akkor jó, ha lágy, ragadós és nagyon rugalmas.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE ÉS HAJTOGATÁSA

A tésztát egy olyan edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Lehetőleg 24 °C körüli hőmérsékleten nagyjából 3 órán át kelni hagyjuk, míg levegős és nagyon érett nem lesz, de még nem nő a duplájára.

A kelesztés folyamán háromszor hajtogatjuk meg a tésztát (28. oldal), 20 perces időközönként, vagyis 20, 40 és 60 perc elteltével, aztán a hátralévő időre békén hagyjuk.

A TÉSZTA GÖMBÖLYÍTÉSE ÉS PIHENTETÉSE

Belisztezzük a tésztát és a munkafelületet, és kiborítjuk rá a tésztát. Félbevágjuk; mindkét darabnak 680 grammosnak kell lennie. Még több liszttel finoman legömbölyítjük (29. oldal); lazán lefedjük folpackkal, majd 15-20 percig pihenni hagyjuk.

A TÉSZTA FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

A tésztadarabokat egyenletesen feszes kerek cipókká formáljuk, anélkül, hogy leeresztenénk őket (46. oldal). A megformált tésztát tetejével lefelé vászonnal bélelt kosárba helyezzük, kevés liszttel megszórjuk, majd gondosan lefedjük folpackkal. A kenyereket nagyjából 3 órán át kelesztjük, míg alaposan feljönnek.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Legalább 45 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, sütőrácsot helyezünk a sütő második sínjére, és rátesszük a sütőkövet. A használatban lévő rácson kívül az összes többi kivesszük. A sütőt előmelegítjük 220 °C-ra.

A KENYÉR SÜTÉSE

Közvetlenül a sütés előtt megtölthetjük gőzzel a sütőt (30. oldal). A kenyereket kiborítjuk egy darab sütőpapírra vagy belisztezett péklapára, és a tetejükön egy-egy bemetszést ejtünk valahol a közepükön kívül. Kicsit bespricceljük vízzel, majd a papírral együtt a forró kőre csúsztatjuk. A kenyereket 40-45 percig sütjük, míg mindenütt egyenletesen sötétbarnák nem lesznek. A sütés félidejénél elforgatjuk a vekniket. Ha elkészültek, rácson hagyjuk kihűlni.

KÜLÖNLEGES



KENYÉR- FÉLÉK



Biagio Settepani
pék a szoborszerű
pandorókat
(176. oldal) cukrozza



ÓVILÁGI ROZS- KENYEREK

Dutch Regale Pékség

Dallas, Texas

AZ ÁLLAMOKBAN KEVÉS PÉKSÉG FOGLALKOZIK ROZSKENYEREKKEL, amelyek pedig igen, azok többnyire hamisítják, és csupán némi rozslisztet, karamellás színezéket és köménymagokat adnak a hétköznapi fehér kenyér tésztájához. De Texasban George Eckrich, az amerikai pék, aki Németországban teljesítette szakmai gyakorlatát, és Carsten Kruse, a profi német pékmester valódi rozskenyeret sütnek a Dutch Regale Pékségben (Dutch Regale Bakery). A nagybani kereskedelemre berendezkedett pékséget Mr. Eckrich alapította két üzleti partnere segítségével (azóta kivásárolta őket a cégből, és tulajdonjoguk egy részét a természetes élelmiszert áruló Whole Foods áruházláncnak adta el).

Az egyik legnagyobb kenyérük a súlyos, tömör „kornkenyér” – a „korn” németül magot vagy gabonát jelent. A Dutch Regale-féle magvas kenyér egész napraforgómagot, rozstöröret és sötét rozslisztet tartalmaz, búzaliszt nincs is benne. Ez a hihetetlenül tömör kenyér a hozsám és a férjemhez hasonló rozsimádók számára mennyei eledel. Egy estét töltöttem Dallasban, figyelve, ahogy Eric Castel, a Dutch Regale éjszakai intézője hatalmas adag tésztát gyúr és süt a dallasi boltjuk számára.

Előző este Eric tört rozsos kovászos előtésztát és két rozsos „áztatót” – egyiket rozstöröretből, a másikat egész rozsszemekből – készített elő a másnapi sütéshez. Ha a magvakat és a rozstöröretet időben beáztatjuk, teljesen hidratálódnak, mire a tésztához adjuk őket, így a kenyér lágyabb lesz. Eric az előre elkészített hozzávalókat a tésztához való napraforgómagokkal, a sóval, az élesztővel és a sötét rozsliszttel együtt nagy T-mixerbe teszi, ami olyan holland keverőgép, melyet kifejezetten a lassan dagasztható rozsos tészták készítéséhez találtak ki. A dagasztás körülbelül egy óráig tartott, ennyi időbe telt, míg az elején még szemcsés tészta ragadós lett és összeállt. A tésztát nem kelesztik; a pékség dolgozói azonnal szétporciózták jókora, majdnem háromkilós darabokra, és nagy kiolajozott edényekbe tették. Amikor a tészta annyira megkelt, hogy már felért az edény szájáig, nem túl meleg, gőzzel megtöltött kemencébe tették sülni több mint három órára. A különleges eljárás eredménye sötét, lágy kenyér, kellemes, harmonikus íz-zel; vékony szeletekre vágva, lekvárral vagy sajtokkal a legfinomabb.



Szemben: Összekapcsolt formákban kelő magvas kenyértészta (155. oldal)

Fent: Az egyik pék a magvas kenyér tésztáját méri a Dutch Regale pékségben

A SZÜKSÉGES KOVÁSZ

Ha tanulmányozzuk a kovászos rozskenyerek készítésének folyamatát, érdekes együttműködésre leszünk figyelmesek. Bár ma már értékeliük a kovással készített rozskenyerek ízét, lágyágát és tartósságát, a kovász használata évszázadokig csupán szükségyszerűség volt, mivel ez volt az egyetlen mód arra, hogy a rozslisztből ehető kenyeret lehessen sütni.

A rozs igencsak strapabíró gabona, a nagy hideget és a gyenge talajt egyaránt jól állja. Nincs még egy olyan gabonaféle, amit ennyire fönn északon lehetne termesztetni. A rozs leginkább a szárazságot szereti, de Európa északi és középső tájain, ahol gyakran csak rozst termesztene, a nyár gyakran hűvös és csapadékos. Az ilyen idő arra készíti a rozsszemeket, hogy idő előtt kicsírázzanak, amikor a kalászek még rendekben sorakoznak a földeken aratás után, vagy akár akkor is, amikor aratás előtt még lábon áll a rozs. A csírákár, vagy termésromlás, ahogy ezt a jelenséget nevezik, néhány területen minden aratáskor tapasztalható bizonyos mértékben.

Bár a csírákárosodott magvak nem feltétlenül mutatják külső változás jelét, a belsejünkben több kémiai változás is lejátszódik, melyek rontják a kenyérsütésben való felhasználhatóságukat. A legfontosabb változás az alfa-amiláz nevezetű enzim mennyiségének növekedése. Az alfa-amiláz kulcsfontosságú szerepet játszik a növények csírázásában, mivel ez változtatja folyékonyra a magbelsőben található keményítőt, mégpedig azért, hogy kisebb cukrokra bontja. A csírázó növény ezeket használja energiaforrásként. A pék számára a túlságosan megnövekedett mennyiségű alfa-amiláz viszont nem kis fejfájást tud okozni.

A csírákárosodott rozslisztből készülő kenyér ehetetlen – szó szerint dohos, lapos, mint a palacsinta, ragacsos és rugalmatlan – hiszen túl sok keményítőt változtatott folyékonyra az alfa-amiláz. A rozskenyerek esetében a keményítő nagyon fontos szerepet kap a kenyér textúrájának kialakulásában, hiszen alapvető építőeleme a kenyér szerkezetének. Ha a keményítő folyékonyra válik, tönkremegy a kenyér tartását adó szerkezet, így az összeesik. Mindezek ellenére év-

századok óta készítenek jó minőségű kovászos rozskenyereket azokon a területeken is, ahol a rozsliszt többnyire csírákáros. Hogyan lehetséges ez?

Minden enzim esetében meg lehet határozni a pH-érték azon tartományát – a pH-optimumot –, ami a legkedvezőbb a működése számára. Az érlelődő kovász által termelt sav csökkenti a tészta pH-értékét. Amint a tészta pH-ja az alfa-amiláz optima alá esik, az enzim romboló hatása is csökken, így a kenyér megmenekül a minőségromlástól.

A rozskenyeret sütő amerikai pékeknek nem kell szembesülniük ezzel a problémával, mivel az itt forgalomban lévő rozs nagy részét Kanadában termesztik, ahol jóval kedvezőbbek a termesztés körülményei. Amerikában az összetettebb, erőteljesebb íz, a lágyabb textúra és a tartósság kedvéért használják a kovászt. Eckrich is felhívja rá a figyelmet, hogy a kovász vagy kömény-mag nélkül készített rozskenyér íze halvány, éretlen, vagyis meglehetősen kellemetlen.



Egy szelet a Dutch Regale magvas kenyerekből, mézzel tálalva

A Dutch Regale magvas kenyere

- 900 grammos magvas kenyérhez
- Elkészítési idő: legalább 13 óra, ebből nagyjából 40 perc a tényleges munka

Ez a recept azoknak való, akik szeretik a *nagyon* nehéz német rozskenyereket. Leírva bonyolultnak tűnhet az elkészítése, de ha beszerezzük az összes hozzávalót (és a kovászsunk aktív), magát a kenyeret már könnyű elkészíteni. Gyúrhatjuk kézzel, de álló mixerben is lehet dagasztani; függetlenül a módszertől, nagyjából fél órát vesz igénybe, míg elkészülünk ezzel a feladattal (a kézi dagasztás alatt azt kell érteni, hogy időnként megkeverjük a tésztát). A kenyér akár egy nap alatt is elkészülhet, ha reggel elkezdjük érlelni a kovászos előtészta, és beáztatjuk a rozstőretet, este már süthetjük is. De mindenképpen hagyni kell, hogy álljon egy kicsit – frissen, az első napon még ragadós. A hűtőben néhány hétig is eltartható, lefagyasztva pedig szinte a végtelenségig áll.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐESTÉJE: Rozsdarából kovászt készítünk, és külön-külön beáztatjuk a rozstőretet, valamint a rozsszemeket. (Ha eddig a hűtőben tároltuk, 2 nappal sütés előtt fogjunk hozzá a kovász felfrissítéséhez, amit legalább háromszor ismételjünk meg.) **MÁSNAP REGGEL:** A kovászt és a kétféle rozst összekeverjük a többi hozzávalóval, nagyjából 30 percig dagasztjuk, majd azonnal meg is formáljuk, aztán kelni hagyjuk nagyjából 1 ½ órán át. A kenyeret 3 órán keresztül sütjük, majd hagyjuk kihűlni, és másnap tálaljuk.

	Tört rozsos kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE A TÖRT ROZSOS KOVÁSZ	Érett, kemény kovászos előtészta*, sütés előtt 8 órával felfrissítve	3 evőkanál	50 gramm	22%
	Langyos víz	1 csésze	225 gramm	100%
	Rosztőret	1 ¼ csésze	225 gramm	100%
	* Nincs szükség rozslisztből készülő kovászra, hiszen épp rozsos kovászt készítünk. Bármilyen kovászféle megfelel, ami kéznél van; én a szokásos, fehér lisztből készült kovászsomat (103–106. oldal) használom.			

A kovászos előtészta feloldjuk a vízben, majd hozzákeverjük a rozstőretet. Nem érzékeny anyagból készült tárolóedénybe tesszük, szorosan lefedjük folpackkal, és 8-12 órán át érni hagyjuk.

	Áztatott roz	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A ROZSSZEMEK ÁZTATÁSA	Rozsszemek	½ csésze	70 gramm	100%
	Forrásban lévő víz	½ csésze plusz 1 evőkanál	130 gramm	184%

A rozsszemeket összekeverjük a forró vízzel. Nem érzékeny anyagból készült tárolóedénybe tesszük, szorosan lefedjük folpackkal, és 8-12 órán át ázni hagyjuk.

Folytatás a következő oldalon

	Áztatott rozstőret	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A ROZSTÖRET ÁZTATÁSA	Rozstőret	$\frac{2}{3}$ csésze	105 gramm	100%
	Só	2 teáskanál	11 gramm	11%*
	Szoba-hőmérsékletű víz	$\frac{1}{3}$ csésze plusz 1 evőkanál	105 gramm	100%
	Összeségében 2,3%			

Összekeverjük a rozstőretet, a sót és a vizet. Nem érzékeny anyagból készült tárolóedénybe tesszük, szorosan lefedjük folpackkal, és 8-12 órán át ázni hagyjuk.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA KÉSZÍTÉSE	Áztatott rozsszemek			68%
	Áztatott rozstőret			78%
	Tört rozsos kovász			175%
	Langyos víz	$\frac{3}{4}$ csésze plusz 2 evőkanál	195 gramm	68%
	Rozstőret	$1\frac{1}{2}$ csésze	260 gramm	91%
	Nyers napraforgómag	$\frac{1}{4}$ csésze	36 gramm	14%
	Világos vagy sötét rozsliszt, plusz egy kevés a lisztezéshez	2 evőkanál	25 gramm	9%
	Porélesztő	1 teáskanál		1%

A felesleges vizet lecsöpögtetjük a rozsszemekről. Összekeverjük a szemeket, az áztatott rozstőretet és a kovászt a vízzel.

kézzel: Összekeverjük a rozsdarát, a napraforgómagot, a rozslisztet és az élesztőt egy nagy keverőtálban. Hozzáadjuk a kovászos keveréket, és a kemény, nehéz tésztát fakanállal addig keverjük, amíg csak bírjuk. Lefedjük a tésztát, és pihenni hagyjuk 15 percig. Ezután megint addig keverjük, amíg csak bírjuk, aztán újabb 10 percet pihentetjük. Még egyszer nekiállunk keverni, míg el nem fáradunk. Akkor vagyunk készen vele, amikor már ragacsos, és tésztaszerű a kinézete is.

álló mixerrel: Összekeverjük a rozsdarát, a napraforgómagot, a rozslisztet és az élesztőt egy gép keverőtáljában, a sima keverőlapáttal. Hozzáadjuk a kovászos keveréket, és a gépet a legalacsonyabb fokozatra állítva a keverőlapáttal keverni kezdjük a tésztát. Eleinte nagyon szemcsés, és úgy néz ki, mint a nedves homok, de a keverés során egyre ragadósabb, tésztaszerűbb lesz, és lassan összeáll. Nagyjából 30 perc elteltével lesz kész, akkor már nagyon ragadós, és szépen egyben van.

A TÉSZTA FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

Vastagon kiolajozunk egy 23×13 centis kenyérsütő formát. A tésztát kaparó segítségével felhalmozuk a formában, és kevés vizet öntünk a most már üres keverőtálba. Ebben a vízben mártjuk meg a kezünket, és elegyengetjük a tésztát a formában, lesimítva a tetejét.

Folpackkal lefedjük a tésztát, és szobahőmérsékleten 1-1½ óráig kelni hagyjuk, míg a felnő a forma tetejéig.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Rögtön miután megformáltuk a kenyeret, rácsot teszünk a sütő középső sínjére, és az összes többiit kivesszük. A sütőt előmelegítjük 205 °C-ra.

A KENYÉR SÜTÉSE

Amikor a kenyér teljesen megkelt, a tetejét alaposan bevizezzük, majd sütőbe tesszük a formát. Amint becsuktuk a sütő ajtaját, visszavesszük a hőmérsékletet 150 °C-ra. A kenyeret 2½-3 órán át sütjük. Akkor jó, ha a formából kicsúsztatva az oldalát nyomásra rugalmasnak érezzük. Ez a kenyér sütés közben nem igazán barnul. (Carsten elmesélte, hogy Németországban a kenyeret a sütőben 97 °C-os belső hőmérsékletre forrósíják fel, és ezen a hőmérsékleten sültek további 2 órán át, és csak ezután nyilvánítják késznek.) Kivesszük a kenyeret a sütőből, kicsúsztatjuk a formából egy rácsra, és hagyjuk kihűlni. Ha teljesen kihűlt, műanyag zacskóba tesszük, és egy éjszakát állni hagyjuk, mielőtt ennénk belőle.

RUGALMATLAN ÉS RAGADÓS – A ROZSOS TÉSZTA

Aki már süttött valaha rozsliszttel, az tudja, hogy össze sem lehet hasonlítani a búzaliszttel. A belőle készült tészta hihetetlenül ragadós és egyáltalán nem nyúlékony. Sajátos viselkedése a rozs eltérő alkotóelemeinek tudható be.

A glutén vagy síkér, a búzalisztből készülő tészták építőköve egyáltalán

nincs jelen a rozsos tésztákban, de ez nem jelenti azt, hogy a fehérjék is hiányoznak belőle. A rozsliszt gliadint és glutelint tartalmaz – utóbbi a búzalisztben is megtalálható. Ha ezt a két fehérjét laboratóriumi körülmények közt elkülönítjük a rozsliszt többi összetevőjétől, összeállva glutént formálnak. A rozsliszt gazdag pentozánban, ami egy olyan fajta ragasztóanyag, amiből a búzalisztben kevesebbet találunk. A pentozánról úgy

gondolják, hogy gluténformáló fehérjékkel száll harcba a vízzel, ezért megakadályozza, hogy ezek a fehérjék teljesen hidratálódjanak. Más kutatások eredményei azt sejtetik, hogy a pentozánok valamilyen módon keverednek a fehérjékkel; talán körülfogják, vagy közéjük furakodnak, hogy így megakadályozzák a fehérjék közötti kötések kialakulását. A rozsliszt hírhedt ragacsosságát is ennek a ragasztóanyagnak tulajdonítják.

H A L A D Ó K N A K

A Dutch Regale finn rozskenyere

- Egy 900 grammos kenyérhez
- Elkészítési idő: nagyjából 12½ óra, ebből kb. 15 perc a tényleges munka

A lapos kerek cipó meglehetősen tömör és korpás, jókora adag áztatott búzatöréssel és teljes kiőrlésű liszttel készül. Remek alap a skandináv stílusú reggelihez, és sajttal is nagyon finom.

Álló mixerben készítjük, mert egyszerűen túl ragadós ahhoz, hogy kézzel vagy konyhai robotgépben keverjük. Kevés melaszt is keverünk a tésztához, épp csak annyit, hogy mahagónibarna színt és leheletnyi különleges ízt kölcsönözzön neki. Ha különleges textúrát szeretnénk elérni (és a rostbevitelünket is szívesen növelnénk), keverjük hozzá a lenmagot is.

folytatás a 160 oldalon





A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐESTÉJE: Beáztatjuk a rozstőretet (és ha használunk, a lenmagot), majd kovászt készítünk. Felfrissítjük a kovászos előtészta (ha eddig a hűtőben tároltuk, 2 nappal sütés előtt fogjunk hozzá a felfrissítéséhez, amit legalább háromszor ismételjünk meg). **MÁSNAP REGGEL:** elkészítjük a tésztát, kis ideig pihentetjük, megformáljuk, aztán 3-4 órán át kelni hagyjuk. A kenyeret körülbelül 50 percig sütjük.

	Áztatott rozstőret	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE A ROZSTÖRET ÁZTATÁSA	Rozstőret	¾ csésze plusz 2 evőkanál	145 gramm	100%
	Forró víz	¾ csésze	145 gramm	100%

A rozstőretet összekeverjük a forró vízzel. Nem érzékeny anyagból készült tárolóedénybe tesszük, szorosan lefedjük folpackkal, és 8-12 órán át ázni hagyjuk.

	Áztatott lenmag (elhagyható)	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A LENMAG ÁZTATÁSA	Lenmag	⅓ csésze	50 gramm	100%
	Forró víz	½ csésze	100 gramm	200%

Ez a lépés elhagyható: A lenmagot összekeverjük a forró vízzel. Nem érzékeny anyagból készült tárolóedénybe tesszük, szorosan lefedjük folpackkal, és 8-12 órán át ázni hagyjuk.

	Kovász	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A KOVÁSZ ELKÉSZÍTÉSE	Érett, kemény kovászos előtészta, sütés előtt 8 órával felfrissítve (103–106. oldal)	1 evőkanál plusz 1 teáskanál	20 gramm	20%
	Szoba-hőmérsékletű víz	¼ csésze	60 gramm	60%
	Fehérítetlen kenyérliszt	¾ csésze	100 gramm	100%

A kovászt feloldjuk a vízben, hozzákeverjük a lisztet, és addig gyúrjuk, míg kezd kisimulni. Nem érzékeny anyagból készült tárolóedénybe tesszük, szorosan lefedjük folpackkal, és 8-12 órán át ázni hagyjuk.

	A kész tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Kovász			55%
	Áztatott rozstőret			89%
	Áztatott lenmag (elhagyható)			47%
	Langyos víz	1 evőkanál híján 1 csésze	215 gramm	67%
	Világos melasz	3 evőkanál	60 gramm	19%
	Só	2 teáskanál	11 gramm	3,4%
	Teljes, lehetőleg durva kiőrlésű kenyérliszt	1½ csésze	250 gramm	78%
	Világos vagy sötét rozsliszt	½ csésze	70 gramm	22%

A kovászt, az áztatott rozstőretet, a lenmagot (ha használunk), a vizet, a melaszt és a sőt összekeverjük az álló mixer táljában. Hozzáadjuk a teljes kiőrlésű és a rozslisztet, majd a legalacsonyabb fokozaton keverni kezdjük a sima keverőlapáttal. Nagyjából 5 percig dagasztjuk így a tésztát, míg össze nem szedi a foszlányokat a tál faláról, és valamennyire rugalmassá nem válik. Ennél többet nem kell dolgozni vele.

A TÉSZTA PIHENTETÉSE

A tésztát a tálban hagyjuk, szorosan lefedjük folpackkal, és 30 percig pihentetjük.

A TÉSZTA FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

Belisztezzünk egy vászonnal kibélelt kelesztőkosarat, vagy alaposan megszórunk liszttel egy konyharuhát, és kibélelünk vele egy kerek kosarat, szűrőedényt vagy tálat. A tésztát kerek cipóvá formáljuk, majd illesztett szélével lefelé a kosárba helyezzük. Lazán, de alaposan befedjük folpackkal. A kenyeret 3-4 órán át kelni hagyjuk, míg kissé feljön ugyan, de még visszaugrik a fala, ha kicsit benyomjuk.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Nagyjából egy órával azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, rácsot helyezünk a sütő második sínjére, és sütőkövet helyezünk rá. Az összes többi rácsot kivesszük, és előmelegítjük a sütőt 245 °C-ra.

A KENYÉR SÜTÉSE

A megkelt kenyeret a kelesztőkosárból gyengéden kifordítjuk a tenyerünkre, és illesztett felével felfelé egy darab sütőpapírra helyezzük. Alaposan bespricceljük, vagy megkenjük vízzel, és papírral együtt a forró sütőkőre csúsztatjuk. Miután becsuktuk a sütő ajtaját, azonnal visszavesszük a hőmérsékletet 220 °C-ra. A kenyeret 45-50 percig sütjük, míg mindenütt szép barnára nem sül, és kongó hangot hallat, ha megkopogtatjuk az alját. A sütés félidejénél elforgatjuk, és ha elkészült, rácsra hagyjuk kihűlni.



EGY NÁPOLYI PIZZASZAKÁCS

Gemelli

New York, New York

A NÁPOLYI PIZZA HIHETETLENÜL EGYSZERŰ, SZINTE MÁR MINIMALISTA ÉTEL. Bár nagyon sok mindenben különbözik az amerikai pizzáktól, a legfontosabb eltérés, hogy a nápolyi pizza esetében a feltét inkább csak a pizzatészta díszítéseként szolgál, míg Amerikában a pizzalapra gondolnak úgy, mint ami csupán azért van, hogy legyen mire tenni a feltétet. A nápolyi gondolkodásban a tészta és annak kérge a fontosabb, ezért jogosan kezelhetjük kenyérféléként.

Késő délután vettem magánórát pizzasütésből Emanuele Leonfortétől, aki Tony May éttermének, a Hosteriának pizzaszakácsa a New York állambeli Port Chesterben. Mire odaértem, a méhkas formájú kemencében már csak parázslott a tűz, de Emanuele kartonpapír, majd fa segítségével gyorsan felszította. Így, hogy a kemence is elkezdett felforrósodni az előírt 425 °C-ra, Emanuele nekiláthatott megtanítani a pizzatészta gyúrásának mikéntjére. (A kemencének azért kell ennyire forrónak lennie, hogy a pizza gyorsan – nem több mint négy perc alatt megsüljön. „Máskülönben – mutatott rá Tony – kétszersült lesz belőle, nem pizza.”)

Emanuele kezdetnek összekevert három rész amerikai, 14%-os fehérjetartalmú lisztet körülbelül egy rész olasz, 00-s lágy búzaliszttel. (A keverék végeredményben nagyjából olyan lesz, mint a 12,5%-os fehérjetartalmú kenyérliszt – ha ez utóbbi van kéznél, nyugodtan helyettesítjük vele a keveréket.) Aztán friss élesztőt és só kevert el vízben, majd a folyadékot a liszthez öntötte. Mindezt tésztakeverő gépben dagasztotta, míg egynemű, de még durva tésztává állt össze – de így a tészta még messze volt attól az állapottól, amikor ablakot lehet csinálni rá. Lágy volt, és épp hogy csak ragadós.

Emanuele gondosan szétporciózta a tésztát 200 grammos darabokra, és azokból tömör kis golyót formált. E lépésen nagyon sok múlik; fontos, hogy pontosan lemért tésztaadagokból készüljön a tészta. Ha túl kevés, a végeredmény sós kekszhez lesz hasonló (ami ugyan nagyon népszerű mostanában, de nem igazán nápolyi); ha túl sok, akkor vaskos, tésztás lesz a pizza. A golyókat hagyjuk a duplájukra nőni, amihez lehet, hogy csak egy, de lehet, hogy akár hat óra is kell, attól függően, mennyi élesztőt használtunk. A tésztát csak egyszer kelesztjük – ez a különbség fontos szerepet játszik a tészta buborékos szerkezetének kialakulásában. Tony azt is kiemelte: csak úgy érhetjük el, hogy a pizza vastag és puha legyen, ha hagyjuk alaposan – de nem túlságosan – megkelni.



Szemben: Emanuele Leonforte pizzaszakács
Fent: A Sullivan Street pizzeria extra hosszú pizza biancája

Emanuele két olyan módszert is bemutatott egy adag, egész délután kelesztett tésztán, mellyel tökéletesen kerek, 6 mm vastag pizzakorong formálható – mindkét esetben csupán a két kezét használta. Az első módszernél először kilapította a tésztát a belisztezett munkalapon, majd a tenyere élével kinyújtotta. A másodikonál két keze közt dobálva nyújtotta ki nagyobbra a tésztát, majd frizbi módjára feldobta a levegőbe a klasszikus pékszakács mozdulattal, hogy a korong forogjon, és alakját a centrifugális erő formálja tökéletesen kerekre. Őszintén szólva mindkét módszer nagyon bonyolult, és rengeteg gyakorlást igényel. Szerencsére aki otthon süti a pizzát, annak nem kell aggódnia, ha az nem lesz tökéletesen kerek. Rusztikus bájt kölcsönöz a pizzának, ha kicsit egyenetlen.

De a megfelelő pizzaszósz majdnem olyan fontos, mint a pizza maga. A Hosteriában készített szósz a maga egyszerűségében is zseniális: az összenyomott olasz paradicsomhoz bazsalikomot, kevés illatos szárított oregánót, egy gerezd finomra aprított fokhagymát, kevés sót, extra szűz olívaolajat kevernek, semmi mást. A hozzávalókat egyszerűen elkeverik, nem is főzik össze. Ennél már nem is lehetne egyszerűbb. Olaszországban egy különleges fajtájú paradicsomot használnak a pizzaszószhoz, de az importált olasz paradicsompüré is tökéletesen megteszi, az is ízletes és könnyebb is beszerezni. A lényeg, hogy a szósz nyers maradjon.

Végezetül Emanuel jókora adag szósszal kente meg a tésztát, néhány kocka friss mozzarella szórta rá, majd a kemence sütőterébe lapátolta, a tűztől ½-1 méterre. Néhány perccel később már ki is szedte a kész pizzát egy kicsit talán túl nagy, kézzel festett tányérra. Még pár csepp extra szűz olívaolaj, kevés friss bazsalikomlevél, és láss csodát – el is készült az illatos mestermű.

Megjegyzés: Látogatásom óta Tony May eladta a Hosteriát, és 2001. szeptember 11-én a World Trade Center épületében lévő olasz éttermét, a Gemellit is elvesztette. Szerencsére az étteremben nem voltak áldozatok, és már tervezik, hogy újjáépítik.

A PIZZASZAKÁCS TÍZPARANC SOLATA

Aki jogosan szeretné saját készítésű pizzáját nápolyinak nevezni, nem szegheti meg a következő parancsolatokat.

A VERA PIZZA NAPOLETANA (vagyis valódi nápolyi pizza) címet csakis az olyan pizza érdemli ki, melyet a következő szabályokat betartva készítettek:

1. A pizza kizárólag liszt, természetes élesztő vagy (sütő)élesztő, só és szükséges mennyiségű víz felhasználásával készülhet. Tilos bármiféle zsiradékot keverni a tésztába.

2. A pizza átmérője soha nem lehet több 30 centinél.

3. A tésztát kézzel vagy olyan tésztakeverő géppel kell gyúrni, mely nem melegíti túlságosan fel. (Ha a tészta túlmelegszik, felgyorsul a kelési folyamat.)

4. A pizza tésztáját kézzel kell leereszteni, nem mechanikus eszközökkel (például sodrófával, stb.).

5. A tésztát közvetlenül a kemence kövére kell tenni (tilos tepsit vagy más edényeket használni).

6. A kemencének materiale refrattarióból (vagyis a vulkanikus kőzethez hasonló tűzálló anyagból) készült téglából kell épülnie, és fával kell tüzelni benne. (A kemencefűtő ajánlása.)

7. A kemencét legalább 400 °C-os hőmérsékletre kell felfűteni.

8. A klasszikus pizzák hozzávalói: Marinara: paradicsom, oregánó, fokhagyma, olívaolaj, só; Margherita: paradicsom, mozzarella, olívaolaj, bazsalikom, só; Al Formaggio: reszelt Parmigiano sajt, szalonna, fokhagyma, bazsalikom, só (esetleg paradicsom); Calzone: ricottával, téliszalámmal, olívaolajjal és sóval készült töltelék.

9. A klasszikus receptek hagyomány és fantázia ihlette variációi elfogadhatóak, amennyiben nem ellentétesek a jó ízlés és a gasztronómia szabályaival.

10. A pizzának meg kell felelnie a következő követelményeknek: nem ropogós, alaposan átsült, illatos, széle (cornicione) magas és puha.

A fenti szabályokat a VERA PIZZA NAPOLETANA Szövetsége alkotta, mely az Európai Pizzaszakácsok Szövetségének (Association di Pizzaioli Europei) része.

A Gemmelli Margherita pizzája

- 4 pizzához, 4 személyre
- Elkészítési idő: nagyjából 6½ óra, ebből körülbelül 20 perc a tényleges munka

Az a csodálatos az alábbi, profi módszerrel készített pizzában, hogy nagyon rugalmas az ütemezése. Elkészíthetjük a tésztát reggel, hagyhatjuk egész nap kelni, hogy aztán este megsüssük. De akár 36 órával korábban is begyúrhatjuk, ebben az esetben golyóvá formálva a hűtőbe tesszük éjszakára. Másnap reggel aztán kivesszük a lehűlt tésztával megrakott tálcát a hűtőből, és a konyhapultra téve hagyjuk, hogy a nap folyamán a golyók megkeljenek, így estére ugyancsak sütésre készek.

A módszer attól más, hogy a tésztát rögtön feldaraboljuk, és amint begyúrtuk, különálló golyókká formáljuk. Ezután kelesztjük, de csak egyszer, és percek helyett óráig pihenhet, mielőtt megformáljuk. Az eljárásnak köszönhetően a tészta lapos, egyenletes korongokká nyújtható, pedig olajat nem is tartalmaz. A jó pizza készítésének két titka van: akkor kell megformálni a tésztát, amikor épp eleget kelt, és magas hőmérsékleten, gyorsan kell megsütni, így a kérge barna lesz, a pizza rendesen átsül, mégis hajlékony marad – nem is szabad ropogósnak lennie. A lényeg, hogy tudjuk, mikor jut el a tészta arra a pontra, mikor éppen eléggé megkelt, de nem túlságosan. A jól megkelt tészta könnyű, nyújtható és légbuborékokkal van tele; a túlkelt tészta összeesik, mikor formálni kezdjük. Ideális esetben tényleg akkor készítjük el a pizzát, amint megkel a tészta, de ha vacsorapartira próbáljuk időzíteni a sütését, már meggyűlhet vele a bajunk. Ebben az esetben nem szabad elfelejteni, hogy a kissé keletlen tészta még mindig jobb, mint a túlkelt.

A szász itt leírt receptje 8 pizzához elegendő (Amerikában a paradicsompüré csak 793 grammos kiserelésben kapható), de a felesleg tészta szósznak is kitűnő.

Ha Marinara pizzát szeretnénk készíteni, csak hagyjuk ki a sajtot és a bazsalikomot.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE 10 percig gyúrjuk a tésztát, majd 5-6 órán át kelni hagyjuk. Megformáljuk a pizzát, rátesszük a feltétet, majd 4 percig sütjük.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Fehérítetlen kenyérliszt	3½ csésze	500 gramm	100%
	Porélesztő	¼ teáskanál		0.2%
	Só	2 teáskanál	10 gramm	2%
	Langyos víz	1½ csésze	330 gramm	66%

kézzel: Nagy tálban összekeverjük a lisztet, az élesztőt és a sót. Hozzáöntjük a vizet, és addig gyúrjuk, míg a kezdetleges tészta majdnem az összes vizet felszívja. Kiborítjuk a tálból, és liszt hozzáadása nélkül addig gyúrjuk, míg szépen összeáll, de még nem igazán sima. Lefedjük egy tállal, és 10-15 percig pihenni hagyjuk, hogy az élesztő megszívhatta magát vízzel. Ezután még 5-10 percig gyúrjuk a tésztát, míg sima nem lesz. Ha nehezen boldogulunk vele, használjunk tésztakaparót.

álló mixerrel: A lisztet, az élesztőt és a sót kimérjük a gép keverőtálgába, majd kézzel elkeverjük. A tészta dagasztó karral, alacsony fokozatra állítva folyamatosan keverjük a hozzávalókat, míg hozzáöntjük a vizet. Körülbelül 3 percig tovább keverjük alacsony fokozaton, míg a tészta kezd összeállni a karokon. Lefedjük a tálat, és pihenni hagyjuk a tésztát 10-15 percig, hogy az élesztő megszívhatta magát vízzel. Ezután a közepes fokozatra állított géppel további 3 percig dagasztunk, míg a tészta nagyjából, de nem teljesen sima lesz.

folytatás a következő oldalon

konyhai robotgéppel: A lisztet, az élesztőt és a sót az acélpengével felszerelt robotgép táljába tesszük. Bekapcsoljuk a gépet, és megkeverjük vele a hozzávalókat. Míg a gép megy, hozzáöntjük a vizet a fedő adagolónyílásán keresztül, és nagyjából 30 másodpercig járattuk a gépet, míg a tészta labdává nem áll össze. Pihenni hagyjuk 10-15 percig, hogy az élesztő megszívhasa magát. Ezután újabb 30 másodpercig dagasztjuk a géppel a tésztát, míg a tál gőzölni nem kezd. Kivesszük a tálból, és kézzel átgyúrjuk, hogy lehűtsük és eloszlassuk benne a hőt. Az egészet háromszor-négyszer megismételjük, míg a tészta viszonylag sima nem lesz.

A tészta tömör és először ragadós érzetű, de aztán meglágyul, és száraz lesz a tapintása. Kevés vízzel, illetve liszttel javíthatunk a tészta állagán, de csak ha nagyon ragadós (egyszerre csak 1 evőkanál lisztet adunk hozzá), vagy kemény (egyszerre csak 1 evőkanál vizet adunk hozzá).

A TÉSZTA FELOSZTÁSA

Enyhén belisztezett munkalapon 4 egyenlő, egyenként 200 grammos darabra vágjuk a tésztát. Mindegyik tésztadarabot tömör golyóvá formáljuk: a tésztát felcsavarjuk, ahogy a szőnyeget szokás, elforgatjuk a tekercset, beigazítjuk az illesztett szélével fölfelé, és újra feltekerjük a hengert. Harmadszorra önmagához képest merőlegesen tekerjük fel a hengert. A tésztát megfordítjuk, hogy az illesztés alulra kerüljön, majd tenyerünkkel tömör golyóvá formáljuk. Mindegyik golyót meg-hempergetjük lisztben, és elrendezzük egy belisztezett tálcán. A tálcát lazán lefedjük folpackkal.

A TÉSZTA KELESZTÉSE

A tésztagolyókat szobahőmérsékleten 5-6 órán át kelni hagyjuk, míg meglágyulnak, felpuffadnak, de még rugalmasak. Formálás után hűtőbe is tehetjük, akár 36 órára is. Miután kivettük, szobahő-mérsékleten hagyjuk továbbkelni 7-8 órán át.

A SÜTŐ ELŐ- MELEGÍTÉSE

Egy órával a pizzák sütése előtt rácsot teszünk a sütő második sínjére, és sütőkövet helyezünk rá. A többi rácsot kivesszük. A sütőt a legmagasabb hőmérsékletre állítva előmelegítjük. Remélhetőleg ez a grillező és az öntisztító fokozat között lesz – bár a cél 400 °C, 290 °C is megteszi, de még 260 °C-on is működhet a dolog.

A SZÓSZ ELKÉSZÍTÉSE

Szósz

**Bazsalikomos olasz
paradicsompüré**

Száritott oregánó

Aprított fokhagyma

Extra szűz olívaolaj

Só

**Friss mozzarella*,
bő 1 centis kockára vágva**

Friss bazsalikomlevél

Térfogat

Súly

Százalékos arány

793 gramm

1 teáskanál

1 gerezd

2 evőkanál

ízlés szerint

225 gramm

16 darab

* Aki otthon süt, a *fior di latte*, vagyis tehéntejből készült mozzarellával jár a legjobban. Nápolyban a legfinomabb pizza természetesen *mozzarella di bufalával*, vagyis bivalytej-mozzarellával készül. Ez jóval több folyadékot tartalmaz, mint a *fior di latte*, ezért zamatosabb. Persze a lédúságnak megvan az ára: A bivalytej-mozzarellával készített pizzát villámgyorsan kell megsütni 400 °C-on, hogy a sajt épphogy csak megolvadjon, különben nyúlós massa lesz belőle.

Míg előmelegítjük a sütőt, összekeverjük a paradicsomot, az oregánót, a fokhagymát, az olívaolajat és a sót. Félretesszük a szószot.

A TÉSZTA FORMÁLÁSA

Belisztezzük a munkalapot, és rátesszük az egyik teljesen megkelt tésztagolyót. A tenyerünkkel kilapítjuk a golyót, és szétnyomjuk koronggá. Számomra a legegyszerűbb módszernek az bizonyult, hogy óvatosan széthúztam a tésztát az ujjaim közt, és mindkét oldalon folyamatosan húzva forgattam a korongot a két kezem közt.

Hogy tökéletesítsük a formát, tegyük az egyik kezünket a tésztakorong közepére (nehogy túl vékony legyen, mert az gyakran előfordul), és gyengéden szétfeszítjük a széleken, míg középen nagyjából 3 mm, a széleken pedig 6 mm vastag legyen. Tartsunk magunk mellett egy tányért, és vigyázzunk, hogy ne nyújtsuk nagyobbra, mint a tányér átmérője.

A FELTÉT, ÉS A PIZZA SÜTÉSE

A megformált tésztát egy darab sütőpapírra tesszük, vagy ha biztosak vagyunk a technikánkban, azonnal az enyhén belisztezett péklapára helyezzük, amit bármilyen könnyű, karima nélküli sütőlappal is helyettesíthetünk. Nagyjából $\frac{1}{4}$ csésze szószt kenünk a tésztára, és megszórjuk körülbelül 50 gramm mozzarellával. A tésztát a forró sütőkőre lapátoljuk, vagy papírral együtt rácsúsztatjuk. Addig sütjük, míg a széle kicsit elszíneződik, foltokban megpirul, de más helyeken halvány marad, a sajt pedig megolvad rajta. A sütési időnek 4 perc körül kell lennie, ha a sütő elég forró, ha kevésbé, 6 percre is szükség lehet. Ne süssük túl a pizzát. Tálaláskor meghintjük kevés olívaolajjal, elrendezünk rajta 4 bazsalikomlevelet. Egyesével megformáljuk, feltéttel megpakoljuk, és megsütjük a többi tésztagolyót is. A pizzát még forrón megesszük.

Balról jobbra: Emanuele formálási módszere, ami kicsit különbözik a fent leírtaktól. Miután koronggá lapította a tésztát, behajlított tenyerét a tészta széléhez illeszti (így marad vastagabb a pereme). Ezután a két tenyerével széthúzza a tésztát. A formázott tésztának vékonynak és kereknek kell lennie, nagyjából 6 mm vastag széllel.



A Sullivan Street krumplis pizzája

- Két, 33 × 23 centis tepsizet vagy egy 46 × 34 centis adaghoz
- Elkészítési idő: nagyjából 6 óra, ebből 30 perc a tényleges munka

A Sullivan Street Pékség (Sullivan Street Bakery) New York város SoHo negyedének egyik utcájáról kapta a nevét. A pékség hangulata is a SoHót idézi, akár a trendi vásárlókra, akár a hely energikus kisugárzására gondolunk. A pult mögötti pékműhely egy régi bevásárlókocsi-tárolóból lett kialakítva – a plafon gerendái és a fehérre meszelt falak a városi és a vidékies stílus ötvöződését tükrözik. A pékség kínálata meglehetősen szerény, de mindegyik péksütemény gyönyörűen formált és különleges. A pékség az itt sültött bianca pizzáról ismert, nekem mégis az alább bemutatott krumplis pizza lett a kedvencem. Sokban különbözik a hagyományos pizzától, inkább nagyon vékony lepényre emlékeztet, melyet burgonya és hagyma aranyszínűre sült hullámai borítanak, dísz pedig rozmaring és olívaolaj.

A tészta nem hagyományos, mégsem bonyolult elkészíteni. Először még palacsintatészta-szerűen folyós, de álló mixerrel folyékony tésztává keverjük. Én lisztkeveréket készítetek, hogy 11,5%-os legyen a végeredmény, de ha King Arthur univerzális lisztet használunk, ahogy a Sullivan Street pizzaszakácsai is, az egész mennyiséget mérhetjük ilyenből.

folytatás a 170. oldalon





A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A tésztát 20 percig dagasztjuk, majd kelni hagyjuk 4 órán át. Kibéleljük a teps(ke)t a tésztával, és 1 órán át kelesztjük; majd rátesszük a feltétet, és körülbelül 40 percig sütjük.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA EL- KÉSZÍTÉSE	Fehérítetlen kenyérliszt*	¾ csésze plusz 2 evőkanál	130 gramm	50%
	Fehérítetlen univerzális liszt*	¾ csésze plusz 2 evőkanál	130 gramm	50%
	Porélesztő	¼ teáskanál		0,3%
	Langyos víz	1 ¼ csésze	285 gramm	109%
	Kristálycukor	½ teáskanál		1%
	Só	½ teáskanál		1%
	Extra szűz olívaolaj, a tepsi kikenéséhez			
* Vagy használjunk 1 ¼ csésze (260 gramm) King Arthur univerzális lisztet.				

A liszteket és az élesztőt kimérjük egy keverőtálba, és kézzel összekeverjük. A keverőlapáttal el-
kezdjük alacsony fokozaton keverni az alapanyagokat, miközben folyamatosan öntjük hozzá a vizet.
Nagyjából 3 percig keverjük a tésztát, míg palacsintatészta-szerű anyaggá nem áll össze. A sebességet
közepes fokozatra kapcsoljuk, és körülbelül 20 percig dagasztjuk a folyós tésztát, míg letisztítja a tál
falát, és sima, bár nagyon nedves tésztává áll össze. Hozzáadjuk a cukrot és a sót, és további 2-3 per-
cig dagasztjuk a géppel a tésztát, míg mindkettő felszívódik.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE

A tésztát szorosan lefedjük folpackkal, és körülbelül 4 órán át kelni hagyjuk, míg nagyon könnyű-
vé nem válik.

A TEPSIK KIBÉLELÉSE

Bőségesen kenjük ki a két 23 × 13 centis, vagy a 46 × 34 centis tepsit az olívaolajjal. Öntsük az
érett tésztát közvetlenül a teps(ke)be. Alaposan kenjük be kezünket olívaolajjal, és vékony rétegben
terítsük szét a tésztát a teps(ke)ben. Annyira kenjük szét a tésztát, amennyire csak tudjuk, anélkül
hogy felszakítanánk a réteget, majd hagyjuk pihenni 10 percig. Ezután megpróbáljuk a teps(ke) szé-
léig szétteríteni a tésztát (lehet, hogy újabb 10 perces pihentetésre lesz szükség, mielőtt ez teljesen
sikerülne). Az a jó, ha buborékok vannak benne, úgyhogy próbáljuk meg nem kifakasztani őket.
Lefedjük a teps(ke)t, és nagyjából 1 órán át hagyjuk kelni a tésztát, míg könnyű nem lesz, és nagy-
jából másfélszeresére feljön.

	Feltét	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A FELTÉT ELKÉSZÍTÉSE	Yukon Gold vagy más sárga húsú burgonya, meghámozva	7 nagy darab	kb. 1800 gramm	680%
	Durva szemcsés só			
	Édes vagy vöröshagyma, félholdakra szeletelve	1 nagy fej	kb. 280 gramm	100%
	Friss rozmaring, felaprítva	2 evőkanál		2%
	Extra szűz olívaolaj			

Míg a tészta kel, elkészítjük a feltétet. A krumplit papírvékony karikákra szeleteljük zöldségszeletelő vagy a konyhai robotgép 2 milliméteres pengéje segítségével. Összeforgatjuk a szeleteket egy szórányi sóval, és állni hagyjuk körülbelül 15 percig, hogy kiengedjék a levüket. Szűrőedényben óvatosan szárazra nyomkodjuk, hogy a bennük lévő folyadék nagy részétől megszabaduljunk (a karikák össze fognak tapadni). Összeforgatjuk a krumpliszeleteket a hagymával és a rozmaringgal.

A SÜTŐ ELŐ- MELEGÍTÉSE

Nagyjából 30 perccel a sütés előtt rácsot teszünk a sütő legfelső sínjére, ha a 43×34 centis tepsiben sütünk, vagy a legfölsőre és a sütőtér alsó harmadának egyik sínjére, ha két kisebb tepsiben sütjük a pizzát. Minden más rácsot kiveszünk a használatban lévők fölül. Előmelegítjük a sütőt 220 °C-ra.

A FELTÉT, ÉS A PIZZA SÜTÉSE

Amikor a tészta teljesen megkelt, szétterítjük rajta a feltétet. Alaposan megkenjük olívaolajjal, és még egyszer megszórjuk sóval. A pizzát addig sütjük, míg a krumpliszeletek barnára és ropogósra nem sülnek a széleken, és megpuhulnak annyira, hogy a kés hegye könnyen beléjük szalad. Ehhez nagyjából 40 perc szükséges, de a sütés félidejénél meg kell forgatni a teps(ke)t. A pizzát forrón és szobahőmérsékleten is tálalhatjuk.



PANDORO: A TÜRELEM JUTALMA

Bruno Pékség

Brooklyn, New York

BIAGIO SETTEPANI ELŐRE FIGYELMEZTETETT: „A PANDORÓHOZ TÜRELEMRE VAN SZÜKSÉG.” De amikor ezt mondta, nem a hagyományos értelemben vett türelemre gondolt. Pygmalion-türelemre gondolt, arra a fajtára, aminek köszönhetően képes a pandorót másfél órán át gyúrni, lassan építve fel a tésztát csupán tojás, tojásfehérje, cukor és vaj felhasználásával. Soha nem rontja el azzal, hogy túl sok alapanyagot kever az alakuló tésztához. Inkább vár, kívárja azt a pillanatot, amikor a tészta maga jelzi, hogy elkészült, azáltal, hogy méltóságteljesen kiemelkedik a tálból, ráomolva készítője karjára. A megpróbáltatások jutalma Olaszország egyik legnagyobb ünnepi süteménye – a pandoro.

Évekkel ezelőtt kóstoltam először a pandorót, amikor a karácsonyt Olaszországban töltöttem, és azóta se tudom kivenni a fejemből az emléket. Magas, csillag alakú kenyér, széles, párnaszerű talpazattal, mely hihetetlenül illatos, belseje pedig arany színű és lyukacsos. A gondos, lassú gyúrás eredményeképpen a belseje könnyű, mint az aranyszál, és hosszú, hajszálvékony csíkokra lehet szétfejtetni.

Biagio meg van róla győződve, hogy a pandoro a brióssal áll rokonságban, és valószínűleg azokban az időkben fejlesztették ki, amikor a kovászos előtészta – olaszul *la madre* – volt az egyetlen kelesztőanyag. Olasz pékek generációi azóta kicsit változtattak a recepten, és a mai verzióban kevés élesztőt is használnak a kovászhoz. Így lehetséges, hogy a tészta több cukrot tartalmaz, mint bármelyik másik kenyér a könyvben. Ha megfelelően készítik és tárolják, a pandoro legalább egy hónapig áll, bár nincsenek benne adalékanyagok vagy tartósítószer.

A nagybani kereskedelemben forgalomba hozott változatait karácsonykor egyenesen Olaszországból importálják, de amennyire tudom, Biagio az egyetlen amerikai pék, aki kézműves keretek között foglalkozik a készítésével. A Bruno Pékség tulajdonosa és vezető pékje, Biagio éremmel kitüntetett cukrászmester. Két New York környéki boltja ismertté és elismertté vált a remek torták, aprósütemények és falusias olasz kenyerek széles választékának köszönhetően. A férfi nem csupán a két bolt üzemeltetésével foglalkozik, hanem kiváló, nemes lelkű tanár is, aki a New Schoolban (Új Iskola) tanít, csoportokat hív meg a helyi kereskedelmi szakiskolából,



Szemben: Tökéletesen elkészített, hosszú csíkokra szakadozó pandoro (176. oldal).

Fent: Biagio Settepani egyik boltjában, a Bruno Pékséghez tartozó Greenpointban. Kezében saját *madréja*, vagyis kovászos előtésztája, amit a hagyományt követve ruhába bugyolált és zsinórral kötött át.

hogy körbevezesse őket a pékségében, továbbá a Francia Kulináris Intézet bizottságának munkájában is részt vesz.

Évekkel ezelőtt Biagio elhatározta, hogy karácsonykor hagyományos olasz ünnepi kenyereket, panettonét és pandorót, húsvétkor pedig colomba di pasquát („húsvéti galambot”) fog sütni és árulni pékségében. A kovászalapú kenyerek elkészítéséhez magas fokú technikai tudás szükséges, de Biagio sokévnnyi gyakorlás után sem volt megelégedve az eredménnyel. Mivel ezek a péksütemények Amerikában importárúként a nagykereskedelmi pékségekben is megvásárolhatók, saját verziójának még ezeknél is finomabbnak kellett lennie, hogy elcsábítsa a vásárlókat, és a forgalomból fedezni tudja az előállítás magas költségeit is. Ezért részt vett egy szemináriumon Olaszországban, ahol a Silvio Bessone cukrászmester volt az oktató. A kurzuson alkalma volt mindazt elsajátítani, amit addig esetleg nem tudott, így végre képessé vált olyan tökélyre fejleszteni ezen sütemények készítését, amire a kezdetek óta törekedett.

A Greenpointban tett látogatásom napján Biagio már nekilátott az impasto lievito („kovászos előtészt”) készítésének, már reggel elkezdte felfrissíteni. A kovászt a szemináriumon tanult hagyományos olasz módon csomagolta be – először egy darab folpackba, majd egy darab muszlinba csavarta, aztán zsinórral körbekötözte. A kovász először puha és hajlékony csomag, de ahogy kel, és a keletkezett gázok felfújják, úgy keményedik – „erősödik” – is. Szokás szerint akkor ítélik elég „erősnek”, használhatónak, amikor már olyan szilárd, hogy szó szerint visszapattan a munkapadról.

Elkezdtek összeállítani a secondo impastót, a második tésztát. Biagio az érett kovászos előtésztát magas sikértartalmú liszttel, friss élesztővel és a tojások felével keverte össze. Amikor a tészta simább lett, apránként elkezdte hozzáadni a megmaradt tojásokat, és cukrot szórt hozzá. Az alapanyagok lassú adagolása önmagában egy órába telt, de a végére a tészta nagyon sima és erős lett. Biagio ezt a második tésztát három-négy órán át kelni hagyta.

Míg arra vártunk, hogy a tészta megkeljen, imádni való, göndör fürtös kislány sétált be.

„Bilen!” – kiáltott fel Biagio, és hatalmas karjai közé kapta a kicsi lányt. Bilenre a nagymamája, Biagio édesanyja, Fina vigyázott, de a gyerek kérte, hogy meglátogathassa a nagybátyját, hiszen mégiscsak ő készíti a város talán legfinomabb süteményeit és tortáit. Biagio

tört egy darab pattetonét, és odaadta Bilennek. A kislány elvett, elbűvölő mosolyt villantott a férfirra, és eltozogott, hogy körbejárja a pékséget, közben élvezettel majszolva a süteményt. Hamarosan Biagio felesége, Pina is megérkezett kisebbik fiukkal, Josephfel, megpakolva egy halom szalaggal és szövetdarabbal, amivel a húsvéti kosarakat és a Biagio által készített húsvéti csokoládékat tervezte feldíszíteni. „A húsvét a kedvenc ünnepem – fordult hozzám csillogó szemmel. – Szívem-lelkem beleadom.”

Kora estére, miután Biagióval már túl voltunk egy közösen elfogyasztott pizzán és kólán, a második tészta is kellőképpen megkelt eredeti méretének háromszorosára, így jöhetett a terzo impasto, a harmadik tészta. Ezt majdnem ugyanúgy kell készíteni, mint a másodikat, de egy órával tovább tart. A tojások és a cukor hozzáadása után Biagio lassan hozzákanalazza a vaj és kakaóvaj együttesen felvert szinte fehér keverékét. Amikor elkészül, a tészta annyira lágy és finom, hogy leginkább folyékony selyemre emlékeztet. Óvatosan összegömbölyítettük a tésztadarabokat, és csillag alakú formákba simítottuk, hogy így keljenek egy éjszakán át.

Másnap időben érkeztem, hogy láthassam a formák peremén túlkelt sütésre kész tésztát. Egyórányi sütés után a pandorók teljesen túlnőttek a formákon, széles karimát növesztve azok pereme fölött. Biagio hihetetlenül izgatott lett a toronymagasra nőtt sütemények láttán, de türelmesen kivárta, hogy kihűljenek, mielőtt felvágta őket. Aztán elélem tartott egy szeletet, és nagy büszkén megmutatta, hogy a tésztát hosszú foszlányokká lehet szét-szedni. Ezután megkóstoltuk. A puha, lágy sütemény annyira könnyű volt, hogy majdnem elolvadt a számban, aromái pedig mámorító illatkölteményben egyesültek.

Balra fent: Cukor hozzáadása a pandoro tésztájához

Jobbra fent: A szokatlanul folyós tészta sima csikokban omlik a lapátról az edénybe.

Balra lent: Megformált pandorotészta, mely szinte elveszik a formában

Jobbra lent: A hagyományos csillag vagy kör alakú formában sült pandoro a tészta eredeti magasságának több mint négyszeresére nő a kelesztés és a sütés ideje alatt





H A L A D Ó K N A K

A Bruno pandorója

- Két 450 grammos süteményhez
- Elkészítési idő: legalább 33 óra, ebből nagyjából 1 ½ óra a tényleges munka

Ha már tapasztaltak vagyunk a kovászos kenyérfélék sütésében, és újabb kihívásra vágyunk, ez a sütemény éppen megfelelő. Nagyon jó minőségű kovászos előtészta és rengeteg türelemre van szükség a tészta bekeveréséhez, de maga a recept tulajdonképpen nem bonyolult.

A könyvben bemutatott többi recepttel ellentétben ez a tészta pontos menetrend szerint készül, melyet Biagio évekig tökéletesített. Az időbeosztás annyira kényelmes és ésszerű, hogy igazán megéri követni.

A recepten nagyon régóta dolgoztam már, jóval azelőtt kezdtem hozzá, mint hogy Biagiót láttam volna munka közben. Sok adag tészta után és Biagio magyarázatának birtokában végül siker koronázta erőfeszitésemet. Frusztrációm forrása a liszt és az élesztő volt. Sem a szárított, sem a porélesztő nem tud hatni ilyen cukros tésztában, legfeljebb ha hatalmas mennyiséget használunk belőle. Vagy friss, vagy valamilyen ozmotoleráns élesztőt (lásd 20. oldal) kell használnunk, ami különleges porélesztőként ismert – ilyen például a SAF Instant Gold élesztője. Mivel ez utóbbit bárki beszerezheti (lásd Források, 234. oldal), átszámoltam az eredetileg friss élesztőre írt mennyiséget különleges porélesztőre, és kevéske vizet is adtam a recepthez, hogy az élesztő hidratálódni tudjon.

Magas sikértartalmú, legalább 14%-os fehérjetartalmú lisztre lesz szükségünk, ha azt szeretnénk, hogy a sütemény igazán könnyű legyen, mivel a sok cukor, tojás és zsiradék az enzimműködés szempontjából aktív kovászalapú tésztához keverve nagyon megertheli a magasra kelő sütemény szerkezetét.

Biagio eredeti receptjén csupán annyit módosítottam, hogy lerövidítettem és egyszerűsítettem a tésztakeverés műveletét – úgy tapasztaltam, hogy ez egyáltalán nem befolyásolja a sütemény minőségét –, és a friss élesztőt különleges porélesztőre cseréltem. Nyáron dolgoztam vele, amikor a konyhában a hőmérséklet 24 °C körül mozgott. A SAF Instan Gold élesztőjéből ¼ teáskanálnyit használtam, így tudtam megfelelően időzíteni a műveleteket. Télen viszont, mikor a konyhában a hőmérséklet inkább 20–21 °C körül van, valószínűleg jobb ½ teáskanányi élesztőt keverni a tésztához.

Bár a tészta bekeveréséhez szükséges idő indokolatlanul hosszúnak tűnhet, nem ok nélkül van így. A cukor és a vaj gátolja a siker átalakulását – a sikernek a cukorral kell versengenie a vízért, a vaj pedig körbefogja a sikért, és megakadályozza, hogy kötéseket alakítson ki, ezért a tésztát először e két gátló tényező nélkül kell megmunkálni, majd mindkettőt apránként hozzáadni, hogy ne árásszák el a tésztát. Biagio úgy tanulta, hogy a vajat először fel kell habosítani, mielőtt a tésztához adnánk – így látszólag könnyebben el is vegyül vele, és valószínűleg szerepet játszik a könnyű textúra kialakulásában.

A pandoro remek ajándék, akár csomagként is feladható, mert nagyon sokáig eláll, de mivel könnyen morzsolódik, két dobozba kell csomagolni, mielőtt postára adnánk. Ebből a receptből két 450 grammos sütemény lesz, de szükség szerint növelhetjük a mennyiségeket – duplázzuk, ha négy darabot vagy két 1 kilós pandorót szeretnénk (utóbbihoz megfelelő forma is szükséges). Sehol sem sikerült autentikus olasz sütőformát találnom, de az a többágú portugál csillagforma is megfelel, amit minden trendi konyhafelszerelést áruló bolt kínálatában megtalálunk.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A TÉSZTA BEKEVERÉSÉNEK ELŐESTÉJE: Felfrissítjük a különösen aktív kovászos előtésztát. **A SÜTÉS ELŐTTI NAP REGGELE:** Reggel 9 órakor újra felfrissítjük a kovászos előtésztát. **DÉLUTÁN 1 ÓRAKOR:** A felfrissített és érett kovászos előtésztát felhasználásával kezel bekeverjük az első tésztát. Kelni hagyjuk. **16.45-KOR:** Az olvasztott kakaóvajjal felferjük a vajat, és előkészítjük a formákat. **DÉLUTÁN 5 ÓRAKOR:** Az első tésztának ekkorra már háromszorosára vagy akár négyszeresére kellett nőnie, készen állva, hogy a végső tésztához keverjük. A keverés első fázisában a tojás nagyját, a lisztet és az első tésztát némi ízesítéssel összekeverjük álló mixerben. Amikor ez a tészta már sima, lassan hozzáadjuk a maradék tojást, a tojássárgáját és a vaníliát. A következő lépésben a cukrot keverjük a tésztához két adagban, majd szintén két részletben a habosra vert vajat. A teljes keverési folyamat nagyjából egy órát vesz igénybe. A tésztát azonnal megformáljuk, az előkészített formákba öntjük, és szobahőmérsékleten 12 órán át kelni hagyjuk. **MÁSNAP REGGEL:** ha a tészta már szépen a formák pereme fölé púposodott, körülbelül 35 perc alatt készre sütjük a süteményeket.

	Kovászos előtészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐTTI NAP REGGEL 9 ÓRA: A KOVÁSZOS ELŐTÉSZTA FELFRISSÍTÉSE	Nagyon aktív, teljesen érett, 8-12 órával korábban felfrissített kemény kovászos előtészta (103–106. oldal)	¼ csésze	60 gramm	92%
	Langyos víz	2 evőkanál	30 gramm	46%
	Fehérítetlen, magas sikértartalmú liszt	7 evőkanál	65 gramm	100%

A kovászos előtésztát feloldjuk a vízben. Hozzáadjuk a lisztet, és a nagyon merev tésztát simára gyúrjuk. Először nagyon kemény lesz, de időközben fellágyul.

Fedelest tárolóedénybe tesszük, és körülbelül 4 órán át kelni hagyjuk, míg teljesen feljön, és nyomásra leereszt. Ez jóval több kovász, mint amire szükségünk van, ezért levághatunk belőle egy darabot a következő kovászhoz.

folytatás a következő oldalon

	Primo impasto	Térfogat	Súly	Százalékos arány
DÉLUTÁN 1 ÓRA: A PRIMO IMPASTO KÉSZÍTÉSE	Ozmotoleráns porélesztő, pl. SAP Instant Gold	¼-½ teáskanál*		0,7–1,4%
	40-46 °C-os víz	1 evőkanál		13%
	Érett kovászos előtészta	7 evőkanál	105 gramm	93%
	Fehérítetlen, magas sikértartalmú liszt	¾ csésze	115 gramm	100%
	Tojás	1 nagy		44%
	Kristálycukor	2 evőkanál	30 gramm	26%

* Ha a konyhánk hőmérséklete 22 °C-nál alacsonyabb, a nagyobb, ha ennél melegebb, a kisebb adag élesztőt adjuk a tésztahoz.

Az élesztőt elkeverjük a vízzel, és 5 percig állni hagyjuk. Kimérjük a szükséges mennyiségű kovászos előtészta, a maradékot pedig eltesszük a következő sütéshez. A kovászt 5 darabra törjük, és keverőtálba öntött liszthez adjuk. Hozzáadjuk az élesztőt és a tojást, és a rendkívül kemény tésztát simára gyúrjuk. Hozzáadjuk a cukrot, és tovább gyúrjuk, míg a cukor felolvad, a tészta meglágyul és nagyon sima lesz. Közben úgy tűnhet, hogy a nyúlós anyag soha nem fog összeállni, de ha keményen, erőből gyúrjuk, végül csak kisimul. A tésztának nagyon lágnak kell lennie. Olyan edénybe tesszük, amelynek térfogata legalább ötszöröse a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Meleg (legalább 22 °C-os) helyen nagyjából 3-4 órán át kelesztjük, míg eredeti méretének három-négyszeresére nő.

	Secondo impasto	Térfogat	Súly	Százalékos arány
DÉLUTÁN 5 ÓRA: A SECONDO IMPASTO KÉSZÍTÉSE	Kemény, morzsolt kakaóvaj*	körülbelül 1 evőkanál	10 gramm	4%
	Sózatlan, lehetőleg európai stílusú, szoba-hőmérsékletű vaj, plusz 3 evőkanál a formák kivajázásához	½ csésze plusz 5 evőkanál	200 gramm	89%
	Fehérítetlen, magas sikértartalmú liszt	1 ½ csésze	225 gramm	100%
	Só	½ teáskanál	5 gramm	2%
	Teljesen érett, épp összeesni készülő primo impasto			143%
	Méz	1 teáskanál	10 gramm	4%
	Tojás	4 nagy		88%
	Tiszta vaníliakivonat	1 evőkanál	15 gramm	7%
	Tojássárgája	2 nagy		13%
	Kristálycukor	¾ csésze	135 gramm	60%
	Porcukor, megszórni a sütemények tetejét			
	* Tiszta kakaóvaját bioboltokban találunk, gyakran a kozmetikai részlegnél. Ha nem kevertek hozzá parfümöt vagy tartósítószeret, alkalmas fogyasztásra, és nyugodtan használhatjuk.			

A kakaóvaját magas hőmérsékletre állított mikrohullámú sütőben 2½-3 perc alatt megolvasztjuk (azért tart ilyen sokáig, míg felolvad, mert alacsony a nedvességtartalma), vagy kis edénybe téve a tűzhelyen melegítjük föl. A sózatlan vaját elektromos mixerrel vagy kézi habverővel felverjük, közben hozzácsöpögtetjük az olvasztott kakaóvaját. Akkor kész, ha a keverék már fehéres színű, és kétszeresére nőtt. Félretesszük.

Megolvasztunk körülbelül 3 evőkanálnyi sózatlan vaját, és óvatosan kikenünk vele két darab 8 csésze űrtartalmú pandoroformát (bármilyen formát használhatunk, ami legalább 8 csésze űrtartalmú, de a magasabb formák a legjobbak). Kilisztezzük a formákat, és félretesszük.

A lisztet és a sót összekeverjük az álló mixer keverőtáblájában, majd hozzáadjuk az 5 darabra tört primo impastót, a mézet és 3 tojást. A tésztadagasztó karral közepes fokozaton simára keverjük a tésztát, addig dagasztva, míg megtisztítja a tál alját. Lekapcsoljuk a gépet, és a kart lecseréljük a sima keverőlapátra. Alacsony fokozaton keverjük a tésztát, közben hozzáadjuk a megmaradt tojásokat, és addig keverjük, míg a tészta újból sima lesz – közben közepes fokozatra növeljük a sebességet, ha a tojás már részben felszívódott (így nem fog szétfröcsögni). A tészta nagyon lágy lesz, és a tál falához tapad. Ugyanígy megismételjük a keverést, most a vaníliát és 1 tojássárgáját adva hozzá. Ha a tészta újból sima, ugyanígy keverve hozzáadjuk az utolsó sárgáját.

Most alacsony fokozatra kapcsoljuk vissza a mixert, és a kristálycukor felét a fent leírtak szerint elkezdjük hozzáadni a tésztához, növelve a sebességet, ha a cukor már felszívódott. Ugyanígy hozzákeverjük a maradék cukrot is. Amikor a cukor teljesen felolvadt, közepes fokozatra kapcsoljuk a gépet, és nagyon simára keverjük a tésztát. Ezután ugyanezzel a módszerrel hozzáadjuk a habos vaj felét, és ha elkeveredett a tésztával, hozzáadjuk a maradék vaját is. Lehet, hogy közben meg kell állítanunk a gépet, hogy lefejtük a tésztát a keverőlapátról a vaj egyenletes eloszlása érdekében. A tészta keverése-dagasztása akkor kész, amikor már nagyon lágy és selymes.

A TÉSZTA FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

A tésztát félbevágjuk; mindkét darabnak 500 grammosnak kell lennie. Belisztezzük a munkalapot, és ráteszük az egyik tésztadarabot. Hengert sodrunk belőle, majd a hengert feltekerjük, hogy tésztagyolyót kapjunk. Ezt sima, feszes labdává gömbölyítjük (29. oldal), és a sima felével felfelé az egyik sütőformába tesszük. Ugyanígy megformáljuk a másik darabot is. A tészta ránézésre nagyon kevésnek fog tűnni a forma méretéhez képest. A formákat lazán lefedjük folpackkal, és a tésztát szoba-hőmérsékleten kelni hagyjuk nagyjából 12 órán át, míg a formák pereme fölé magasodik.

A SÜTÉS NAPJA HAJNALI 6 ÓRA: A SÜTEMÉNYEK ELLENŐRZÉSE ÉS A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Ellenőrizzük, hogy a tészta teljesen megkelt-e; jócskán a forma pereme fölé kell magasodnia. Ha még nem kelt meg rendesen, bújjunk vissza az ágyba. Ha viszont megkelt, kitakarjuk a tésztát, hogy kis kéreg keletkezzen rajta. Rácsot teszünk a sütő alsó sínjére, és az összes többiit kivesszük. A sütőt előmelegítjük 180 °C-ra.

A SÜTEMÉNY SÜTÉSE

A süteményeket 30-35 percig sütjük, féldőnél elforgatva. Akkor készültek el, amikor már mindenütt szép barnára sülték (nézzük meg az oldalát is, ahol hozzáér a formához). A süteményeket a formában hagyjuk hűlni 30 percig, majd kivesszük, és fejjel lefelé rácsra tesszük, hogy így hűljenek ki teljesen. Megfigyelhetjük, hogy az aljuk kilapul; ez így van rendjén. Ha teljesen kihültek, nagy műanyag zacskókba tesszük. Ha alaposan becsomagoljuk, legalább egy hónapig, de talán tovább is elállnak. Tálalás előtt a süteményeket alaposan megszórjuk porcukorral.



A NEW YORK-I BIALY

A Kossar Bialystocker Kuchenja

New York, New York



A KOSSAR BIALYSTOCKER KUCHENJA (A KOSSAR BIALYSTOCKI SÜTEMÉNYE) egy vidám, öreg bialypékség, melyet a régi zsidó pékségek hangulata jár át. A neontábla alatt – ami mindenféle változtatás nélkül is retrónak néz ki – nagy hagymás pereccel, bialyval és bulkasszal, szendvicssel, szezámos rudacskákkal, hagymás táskával teli tálcák csalogatják a járóelőket. A vásárlók néhány méterrel odébb a pékség folyamatosan lüktető szívénel, a forgótálcás pizzakemencénél már meg is kaphatják a bialyt, amelyet kinéztek maguknak. Régen pincehelyiségekben, fullasztó füstű széntüzelésű téglakemencében sütötték a bialykat, de ennek a modernebb és egészségesebb kemencének jó nehéz tűzhelyei vannak, és jól elvégzi a feladatát.

A visszavonult tulajdonos, Danny Scheinin, aki az alapító Morris Kossar veje is egyben, elmesélte a bégel közeli rokonának eredetét: „A bialy a *bialystocker* kuchen rövidítése [jiddisül a *kuchen* süteményt, kalácsot jelent]. Bialystok Lengyelország második legnagyobb városa. Innen származik a sütemény és az elnevezés. Ez egy zsidó kenyérféle. Bialystokban sok zsidó élt a háború előtt. Amennyire tudni lehet, a receptet a századforduló idején hozták be Amerikába.”

Hétköznapi kora reggel érkeztem a pékségbe. A bolt hátsó helyiségében Alan Klapman és Brian Gorman hatalmas asztalon porciózta az érett tésztát, majd a darabokat 60 grammos korongokká lapították egy ősrégi zajos tésztanyújtóval. A két férfi jól tud együtt dolgozni – ebben csipetnyi humor is segítségükre van. Megkérdeztem a nevüket. Alan elárulta a sajátját, majd bemutatta nekem kollégáját.

- Röviden „Loch-in-Kopfnak” hívjuk – mondja Alan.
- Hogy hívják? – Nem hallom tisztán a gép zajától.
- Loch-in-Kopf! – ordítja Alan.
- Tésztafej? – Próbálok visszaemlékezni jiddis tudásomra.
- Azt jelenti „Lyuk a fejben.”
- Nem értek valami jól jiddisül – szabadkozom.

– Ő sem. Csak kitalálta, mit jelent. – Együtt nevetünk, majd Alan elmagyarázza: – Évekkel ezelőtt fejbe vágta egy doboz, ezért hívjuk így.

Szemben: A tökéletes lazacos bialyszendvics.

Fent: Az elmaradhatatlan neontábla a Kossar pékség ajtaja fölött.



Fent, balról jobbra: Brian Gorman pék a tésztanyújtót kezeli; Brian egy adag pürésített hagymával bekeni a megformált bialykat; Alan Klapman és Brian megtölti a bialy mélyedéseit. Szemben, balról jobbra: Alan a megkelt tésztaabldákat bialyformájúra nyújtja; Alan tucatnyi bialyt lapátol a kemencébe.

– Egy lyuk van a fejemben, ezért neveznek így – bólint rá Brian.

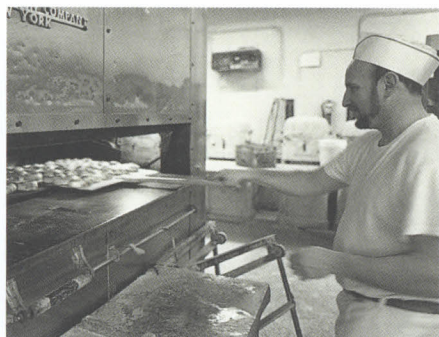
Alan, aki több mint 25 éve dolgozik a pékségnél, imád sütni, elárulta, hogy otthon sem tud leállni. Megmutatta, milyen ragadósnak kell lennie a bialy tésztájának. A tésztát ugyanolyan, régi típusú fekvő tésztakeverő gépben készítik, mint amelyet a Royal Crownban is látam Brooklynban (lásd 209. oldal) – úgy tűnik, ezzel lehet igazán jól megmunkálni ezeket a lágy tésztákat. Ez a tészta is túl ragadós ahhoz, hogy olyan nagy úrtartalmú gépezetekben dagasszák, mint amelyeket a nagybani bégelkészítésnél alkalmaznak – ez a tény igencsak megnyugtató a bégel jövőjére nézve. A bialy mindig is szigorúan kézműves péksütemény volt, és az is marad.

Miután végignézttem, hogyan pakolja Allan és Brian a tésztakorongokat egymás után a belisztezett fatálcákra, melyeket aztán magas oszlopokban állítanak fel szerte a boltban az egyórás kelesztésre, úgy gondoltuk, ez az idő elegendő a Russ & Lányai (Russ & Daughters) meglátogatására. Ez egy másik jellegzetesen zsidó csemegeüzlet, „étvágygerjesztő bolt”, melynek tulajdonosa Mark Russ, az alapító Joel Russ unokája. Az üzlet specialitása a kanadai lazacszelet, füstölt hal és a teljesen természetes, csodálatos krémsajt. Mert hát mit ér a bialy lazacszelet és krémsajt nélkül? A Russ & Lányai remek kaviárt, házi savanyúságokat és savanyú káposztát, salátát és mindenféle édességet is árul, beleértve a keleti csodát, a csokoládéval és pisztáciával díszített halvát. A ragyogóan fehér bolt a fényezett acélpultjaival annyira tiszta, hogy még a nagymamám is le lenne nyűgözve, pedig ő még a szemetet is megmossa, mielőtt kidobná.

Herman Vargas, az üzletvezető gyönyörű szendvicset készített nekem a Kossar bialyjából, a Russ & Lányai Gaspé („mennyeien finom”) füstölt lazacszeletével és metélőhagymás krémsajtajával megpakolva. Herman, aki nyilvánvalóan lelkiismeretes ember, kicsit túlságosan is tökéletesen készítette el a szendvicset a fotózáshoz, ezért a pultra téve igazítottam kicsit rajta. Mivel a helyszín New York, az üzlet vásárlói nem bírták megállni, hogy odaszóljanak nekem: „Miért nem fejezi be a macerálását, és eszi meg végre?” „Meg fogom enni, de először le kell fényképezniük.” „Mi van magával, válogatós, vagy mi?” Másvalaki, miután gondosan tanulmányozta a beállítást, azt javasolta, dobjunk fel egy petrezselyemágacskával. Mi végül egy kis savanyúság mellett döntöttünk. (Később megettem a szendvicset és a savanyúságot, ezért elárulhatom: sokkal finomabb volt, mint amilyennek kinézett.)

Mindezek után visszasiettünk Kossar pékségébe, ahol Alan és Brian legnagyobb örömömre a végső formálást végezték a bialykon. Alan felkapott egy korongot, és gyakorlott kézzel vékony lappá nyújtotta a közepét, a széleken keskeny karimát hagyott a tésztán, majdnem olyat, mint amilyen a pizzának van. Később Danny elmesélte, hogy amikor régen a bialyt még szénrel fűtött kemencékben sütötték, a tésztát is másképpen formálták meg: „Nagyon kicsi sodrófájuk volt, amelynek a közepén volt egy dudor. Így nyújtották ki. Amikor elterjedtek a gáztüzelésű kemencék, a hőmérséklet túl magas volt, ezért a tészta közepét vékonyabbra kellett venni, ettől kezdve kézzel kezdték nyújtani.”

Úgy tűnt, Alan másodpercenként körülbelül hat bialyt formáz meg, melyeket aztán az asztalon felsora-



kozottatott belisztezett péklapátokra pakolta. Amikor az összes lapát megtelt – mindegyiken három tucat bialy fér el –, Brian némi frissen darált hagymát ken mindegyik péksüteményre, épp csak annyit, amennyi jó ízt ad nekik. Ezután Alan kinyitotta a kemence ajtaját, és az egész adagot belökte, majd addig lapátolta befelé az újabb és újabb adagokat, míg a sütőtér meg nem telt. A kemencében öt különálló sütőpolc forog óriáskerék módjára körbe-körbe. A bialyt csak rövid ideig, 6-8 percig vagy két-három teljes fordulaton keresztül sütötték, ezután Alan kilapátolta a süteményeket, hogy rácsokon pihenve hűlhessenek ki.

A magamfajta amatőr bialysütők mindig a hagymás tölteléktől jönnek igazán zavarba, ami kis barna halomban púposodik a tészta közepén. Mitől lesz barna a hagyma? Kisütik, megszártítják, vagy mit csinálnak vele? A Kossar pékségben végül rájöttem, hogy a hagyma friss és nyers, és egyszerű, hagyományos húsdarálóban darálják le. De mivel egész nap a forró sütő előtt álló polcon pihen, karamellizálódni kezd, innen a jellegzetes barna szín. Rejtély megoldva.

Az alapító család 1936-ban adta ki a keze közül a Kossar irányítását, amikor Morris Kossar és üzlettársa, Shorty Mirsky megvette a céget eredeti tulajdonosaitól. Danny a pékséget apósától, Morris Kossartól örökölte. A pékség régebben a nap huszonegy órájában a hét minden napján nyitva tartott, kivéve az újévet, a Ros Hásánát és a zsidó húsvétot, de mostantól a zsidó szombat idejére – vagyis péntek napnyugtától szombat napnyugtáig – is zárva tart, így végre, oly sok év után a pékség megkaphatja a kóser minősítést. Lehet, hogy a két energikus fiatalember még jobbá is teszi ezt az öreg helyet?

MI A CSUDA AZ A BIALY, ÉS MI A BÉGEL?

A bialynak több köze van az angol muffinhoz, mint a bégelhez. A liszttel meghintett sütemény nagyon merev, ragadósra gyúrt tésztából készül, melyet sütőpolcon rövid ideig sütenek, így lágy marad és csak foltokban sül barnára, vagyis nem árt, ha evés előtt megpirítjuk. Lyuk helyett mélyedés van a közepében, amit kis adag hagymával töltenek meg, ennek köszönhetően a tésztát átítatja a hagyma íze. A bialy sokkal könnyebb és kevésbé kalóriadús, mint a bégel.

A hagyományos bégel magas sikértartalmú lisztből gyúrt, szokatlanul merev tésztából készül. A bégelt a tészta elkészítése után szinte azonnal meg kell formálni. A tésztát csak egyszer kelesztik, azelőtt pedig hűtik, vagyis „késleltetik” legalább egy napig, hogy lassan keljen meg. A bégel tésztája fényes és nehéz, ráadásul meglehetősen különös módon készítik: először megfőzik, majd nedves vitorlavászonnal borított pallókon sütik egy rövid ideig, végezetül forró kőlapra fordítják, hogy azon süljön meg. A jó bégel enyhén édeskés, a malátaszirup hozzáadása miatt pedig piszkosfehér. A héja ropogós, kicsit hólyagos, a tésztája pedig nagyon sűrű és rágós. A sütemény közepének mindenképpen lyukasnak kell lennie ahhoz, hogy bégelnek nevezhessük, és ez talán az egyetlen dolog, amiben a ma kapható utánzatok megfelelnek az eredeti receptnek.

Az, amit a legtöbb amerikai bégelként vesz meg és fogyaszt, köszönőviszonyban sincs az eredetivel. A bégelárusok egy állagjavító szerekkel felpumpált fagyasztott tésztából készített valamit adnak el a vevőknek. A tésztát központi üzemből gyúrnak és formálják, majd lefagyasztva szállítják a „kiskereskedelmi egységeknek”, ahol a „bégeleket” megkelesztik és „az eladás napján frissen” sütik. E számtalan utánzatok nem is érdemlik meg, hogy bégelnek nevezzük őket. Az így készült kör alakú sütemények csupán adalékanyag-elvonásban szenvedő vásárlóknak valók.

AKI BIALYN NŐTT FEL

Gyerekkoromban Milwaukee-ban kétféle embertípust lehetett megkülönböztetni: voltak, akik bégelért, mások a bialyért rajongtak – én az utóbbiak közé tartoztam. Minden reggel pirított és vastagon vajazott bialyt reggeliztem, és imádtam. A mai napig pontosan emlékszem, milyen rituálé kapcsolódott a bialy fogyasztásához: először a vastagabb alsó felét ettem meg precízen körberágcsálva a hagymás középső mélyedést. Ezután jött a vékonyabb, levegősebb felső rész, amin gyakran szintén érezni lehetett a hagymás ízt. A hagymával töltött krátert mindig a végére hagytam, és ha szerencsém volt, olvadt vajjal is megtelt időközben. Az utolsó falat hihetetlenül finom volt, ennek emléke melegített fel, míg a hideg sötét buszon az iskola felé tartottam.





A Kossar bialyja

- Tizenkét darab 75 grammos bialyhoz
- Elkészítési idő: nagyjából 5 óra, ebből körülbelül 20 perc a tényleges munka

A Kossar pékségben nagy teljesítményű tésztakeverő gép gyúrja a hihetetlenül merev bialytésztát petyhüdt, nyújtható masszává (ez a szándékos túldagasztás eredménye). Rájöttem, hogy ezt az eljárást lehetetlen az otthoni konyhában megismételni – a rendelkezésre álló konyhai gépek egyszerűen nem elég erősek. Ezért végül megelégedtem azzal, hogy a nagyon merev tésztát addig dagasztom, míg lágy, sima és rugalmas nem lesz, de még mindig viszonylag merev. Az egyetlen gép, amivel ez kivitelezhető, a konyhai robotgép. A házi készítésű bialyt nehezebb kinyújtani, de a végeredmény ízében és kinézetében sem különbözik sokban az eredetitől – a magas sikértartalmú lisztnek (lásd 234. oldal) köszönhetően a szerkezete tömör, van mit harapni rajta.

A bialyt szokatlan módon két lépésben formáljuk meg. A tésztát először feldaraboljuk és gömbölyítjük, aztán kelni hagyjuk. Amikor már majdnem teljesen megkelt, kinyújtjuk a tésztadarabokat, és megkenjük hagymás töltelékkel. Csak úgy lehet a bialy kinézete autentikus, ha így formáljuk.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE Összekeverjük a tésztát, és 2 órán át kelni hagyjuk. A tészta első kelesztése alatt elkészítjük a hagymás töltelékét. A tésztát labdákká formáljuk, 2½ órán át kelni hagyjuk, majd kinyújtjuk a labdákat, és megkenjük a megbarnult hagymával. A bialyt nagyon forró sütőben körülbelül 7 percig sütjük.

A tészta hozzávalói	Térfogat	Súly	Százalékos arány
Vöröshagyma, meghámozva és nagyobb darabokra vágva	1 közepes fej		
Fehérítetlen, magas sikértartalmú liszt	4 csésze	600 gramm	100%
Porélesztő	1 teáskanál		0,5%
Só	2¼ teáskanál	12 gramm	2%
Hideg víz	1¾ csésze	390 gramm	65%

A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE

A hagymát az acélpengével felszerelt konyhai robotgépben pürésítjük. Kivesszük a pürét a keverőtálból, és félretesszük. Nem mossuk ki a tálat, csak beleszórjuk a lisztet, az élesztőt és a sót, majd pár másodpercre megkeverjük az alapanyagokat a géppel. A gépet bekapcsolva hagyjuk, és a fedő adagolónyílásán keresztül hozzáöntjük a vizet a szárazanyagokhoz. A tésztát 2-3 percig keverjük, míg összeáll – lágy és valószínűleg forró is lesz. Kivesszük a tésztát, és pár másodpercig a munkalapon gyúrjuk, hogy eloszlassuk benne a hőt. A tésztát először nagyon forrónak fogjuk érezni, de hamar ki fog hűlni, és közben tömörebb és jóval merevebb is lesz. A tésztát még 1 percig dagasztjuk a géppel, majd kézzel gyúrjuk tovább, hogy ismét lehűtsük és eloszlassuk benne a hőt. Ezt háromszor-négyszer megismételjük, míg a tészta nagyon sima és erős nem lesz.

Ez egy nagyon kemény tészta.

**A TÉSZTA ELSŐ
KELESZTÉSE**

A tésztát olyan tárolóedénybe tesszük, melynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. A tésztát körülbelül 2 órán át kelni hagyjuk, míg nagyjából kétszeresére nem nő.

**A HAGYMA
ELKÉSZÍTÉSE**

A darált hagymát felpúpozzuk kisebb méretű tapadásmentes vagy alufóliával bélelt és kiolajozott tepsiben. A 175 °C-os sütőben nagyjából 1 óra alatt halványbarnára pirítjuk, közben egyszer-kétszer megkeverjük. A hagymából nedves, enyhén karamellizálódott massa lesz. Félretesszük kihűlni.

**AZ ELSŐ FORMÁ-
LÁS ÉS A TÉSZTA
MÁSODIK KELESZ-
TÉSE**

A tésztát 12 egyforma, egyenként 80 grammos porcióra vágjuk. A darabokat sima labdákká gömbölyítjük (47. oldal), majd gondosan folpackba burkoljuk, és körülbelül 2½ órán át kelni hagyjuk, míg felpuffadnak, nagyon könnyűek lesznek, és enyhe nyomásra kicsit leeresztenek.

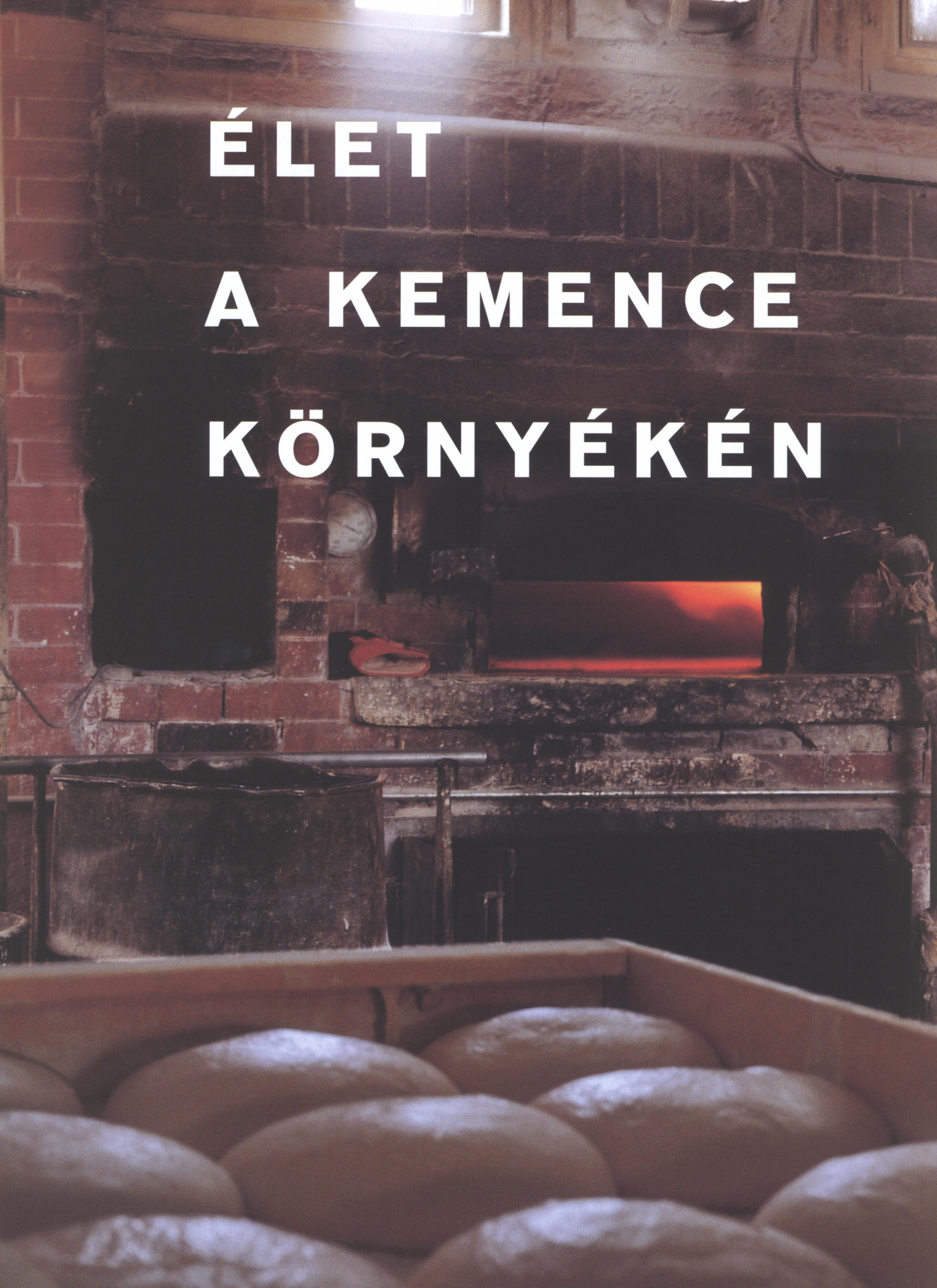
**A SÜTŐ ELŐ-
MELEGÍTÉSE**

Nagyjából 45 perccel azelőtt, hogy a labdák teljesen megkelnének, rácsot helyezünk a sütő második sínjére, és sütőkövet teszünk rá. A többi rácsot kivesszük, és a sütőt 240 °C-ra előmelegítjük.

**A VÉGSŐ FORMÁ-
LÁS ÉS A BIALY
SÜTÉSE**

Mindegyik darab tésztát 13-15 cm átmérőjű pizzaszerű korongra nyújtjuk. A közepüket könnyedén addig nyújtjuk, míg csupán nagyon vékony hártya marad a tésztából (lehet, hogy a tészta közepét le kell szorítanunk a hüvelykujjunkkal, hogy így noszogassuk a nehezen nyújtható tésztát). A tésztakorongokat megpróbáljuk a lehető legjobban kinyújtani. 6 megformált korongot elrendezünk egy darab sütőpapíron. Mindegyik korong közepére ¼ teáskanálnyi megbarnult hagymapürét kenünk; csak egy falatnyira van szükség, hogy némi ízt adjon a tésztának – nem szabad túlzásba vinni. A papírt a forró kőre csúsztatjuk, és a bialykat 6-8 percig sütjük, míg foltokban megbarnulnak. A sütés félidejénél forgassuk el a korongokat, hogy egyenletesen piruljanak. A kész bialykat rácsra tesszük, hogy kihűljenek, és megsütjük a maradékot is.

ÉLET A KEMENCE KÖRNYÉKÉN





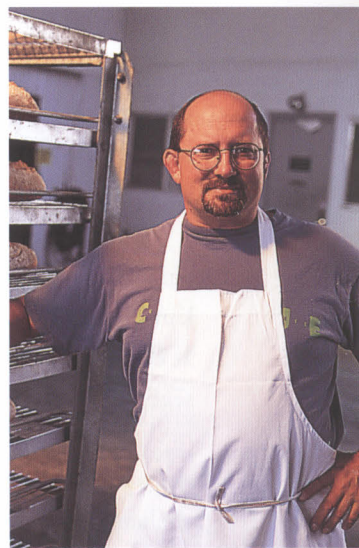
A Royal Crown
pékség hátsó helyisé-
gében Anthony
Aprilano megkeveri
a szenet a tűztérben,
hosszú lángot lob-
bantva így fel, ami
végignyalja a sütőtér
alacsony mennye-
zetét. Az előtérben
tortano (215. oldal)
kel.



AMIT A PÉKNEK TUDNIA KELL

Grace Sütőipari Vállalat

Albany, Kalifornia



SZÁMOMRA GLENN MITCHELL A KÉZMŰVES PÉKMESTER MINTAKÉPE. Ő a kaliforniai Albany-ban székelő Grace Sütőipari Vállalat alapítója, ügyvezető igazgatója, és elmondása szerint vezető pékmestere is, de szerény modora alapján nem is sejtenénk, mennyi mindent vitt véghez eddigi életében. Feleségével, Cindy Mitchell-lel szinte a semmiből építették fel vállalkozásukat több mint 10 éve. Egy háromszemélyes piaci bódéval kezdték. Ma a Grace több mint kétszáz embert foglalkoztat, négy kiskereskedelmi pékséget üzemeltet, de egy majdnem 1800 négyzetméteres nagybani péküzem is tartozik hozzá, melynek kenyérsütő és cukrászrészlege is van. Glenn teljes körű szolgáltatást nyújtó pékségként írja le vállalatát, „mely valószínűleg minden más amerikai pékségnél nagyobb választékot kínál”. A rétegelt és édes tészták készítésében való jártassága segítette az USA 1996-os versenycsapatának elhozni a fődíjat a különleges kenyerek kategóriájában a hírneves nemzetközi versenyen, a Coupe du Monde de la Boulangerie-n, vagyis a Kenyérsütő Világbajnokságon. Glenn kétségkívül szakmája legjobbjai közé tartozik, én pedig tudni szerettem volna, hogyan jutott el idáig.

Glennhez decemberben látogattam el, amikor a pékségben mindenki gőzerővel dolgozott az ünnepi megrendeléseken. A hatalmas, hangárszerű üzem cukrászrészlegében kezdtünk kora reggel. Mintha a Mikulás műhelyébe csöppentem volna. Körülöttünk mindenütt pékek sűrögtek, akik a díszes vajás sütemények szédítően széles választékát készítették. A Grace fő cukrászmestere, Susan Merrill éppen nagy üstnyi pörkölt cukros-mandulás csokoládés vajás krémet főzött mellettünk. Később ezt a mennyei főzetet fogja használni a Grace gyönyörű karácsonyi fatörzs tortáinak töltelékeként. Glenn és én azt az elászi francia kuglófot készítettük el, melyet a vállalat vezetője a Coupe de Monde versenyére tökéletesített. Hobart keverőgépben összekevertük a tojásokat, a lisztet, a tejet, a sót és az élesztőt, majd lassan hozzáadtuk a cukrot, a vajat, és végül a rumba áztatott mazsolát. A hozzávalók selymes tésztává álltak össze. Glenn titka, hogy a kuglófformát vastagon kivajazza, és megszórja szeletelt mandulával. Ahogy a sütemény

Szemben: Rácsokon hűlő pugliese a Grace Sütőipari Vállalatnál.

Fent: Glenn Mitchell, a Grace alapítója, ügyvezető igazgatója, aki saját bevallása szerint a vezető pékmester is egy személyben.

sül, a mandulaszeletek megpörkölődnek, és „igazán fincsi” (ez Glenn kedvenc kifejezése) vajas-mandulás illattal itatják át a tésztát.

Miután a kuglóf megsült, és a rácson hűlt, Glenn elmesélte, hogyan tanulta meg a mesterséget. Ahogy sokan a ma már nagy, minőségi pékségeket igazgató pékek közül, ő is fiatalon adta sütésre a fejét, és több pékségben is dolgozott, mielőtt saját vállalkozást alapított.

„Tizennégy éves voltam, nyolcadik osztályba jártam, amikor sütni kezdtem. Egyik napon egy pékség mellett sétáltam el, és jó mókának tűnt az egész, elkezdtem ott dolgozni. Mindent csináltam: a takarítástól kezdve a bégelkészítésen keresztül az esküvői sütemények kiszállításáig. Nagyon élveztem. Ez a hely volt a legnagyobb önálló kiskereskedelmi pékség Clevelandben. Sherwin Pékségének hívták. Akkoriban mi szállítottuk a kenyeret az összes clevelandi templomnak, így előfordult, hogy egyetlen szombat délután húszezer embert is megettünk. Igazán nagy, forgalmas hely volt, ahol mindent meg lehetett tanulni.” Ezután nyolc év főiskola következett, és bár soha nem szerzett diplomát, időközben több pékségben is dolgozott Athensben és Clevelandben. Glenn végül jelentkezett a Kaliforniai Kulináris Akadémiára, hogy cukrászmesterséget tanuljon. A diplomájával a kezében azonnal munkába is állt a Sheraton Palace konyhájában, miután az ottani cukrász szívrohamot kapott. Két hónappal később a Meridian Hotel ajánlott állást neki, amit Glenn boldogan el is fogadott.

Glenn állítása szerint a Meridian hihetetlenül szótönző munkahely volt. Alain Chapel híres franciaországi étterméből felügyelte a konyhát, és váltogatta a háromcsillagos minősítésű francia szakácsokat – például Paul Bocuse-t. Glennt kétszer küldték Franciaországba, először azért, hogy Monsieur Monet alatt dolgozzon a Meridien Paris-ban, aki „az egyik legjobb cukrászmester Franciaországban”, egyszer pedig, hogy magának Alain Chapelnek asszisztáljon a Lyonnais-ban.

Már öt éve dolgozott a Meridiannél, amikor 1987-

ben fantasztikus lehetőség nyílt meg előtte. A Wilson Family újféle piacot akart létrehozni Oakland északi részén: a Rockridge Hallt, ahol a legjobb ételszállítók és mesterek saját bódéjukat működtethetik. Tony Wilson, az egyik testvér megkereste Glennt, és anyagi segítséget nyújtott neki a Grace Sütőipari Vállalat alapításában. Glenn a Grace-t majdani feleségével, Cindyvel, és egy harmadik üzlettárral (akit hamar kivásároltak az üzletből) indította be – Cindy volt a cukrász, Glenn a pék, társuk pedig az eladó. A Grace azonnal fellendült; a remekül alakuló nagybani forgalom mellett biztos kiskereskedelmi háttérrel is rendelkeztek a piacon. Glenn tehetségét és a kézműves kenyérfélékre irányuló, akkor még kevésbé kiértékelte – és ezért jelentős – keresletet figyelembe véve ez nem is csoda. (Glenn úgy tippeli, az üzlet első napján hatvan kenyeret süthetett. Csak összehasonlításként, a Grace-ben ma körülbelül tizenötezer vekni készül naponta.)

A cukrászképzés nagyban befolyásolta Glenn hozzáállását a kenyérfélékhez, mivel szokatlan módon viszonyul az ízekhez. „Amikor édes tésztákat készítettem, mindig volt bennük valamilyen gyümölcs, csokoládé, hideg, meleg, valami ropogós, hogy minden érzéknek jusson valami, ami hat rá – magyarázza. – Én a kenyérről is mindig így gondolkodtam. Aki bejön a pékségembe, ehet valami igazán ropogósat, mondjuk egy baguette-et, de talál igazán ízletes dolgokat is, mint a pugliese. Aztán ott vannak a kovászos vagy a zöld fűszeres kenyerek, de van spenótos termékünk is. Érted, mire gondolok? Sok-sok különböző érzet.”

Hihetetlenül sokat dolgozik, Glenn mégis azt mondja, neki van a legjobb munkája a világon: „Mindig is szerettem létrehozni valamit. Tudod, csak úgy beszél az ember, és amikor nekiáll a munkának, semmi más nincs előtte, csak a liszt, aztán amikor kisétál, ott az a sok kenyér. Ez az, ami mindig is tetszett a dologban. Az azonali elégtétel. Mindig úgy éreztem, hogy ha ma rossz napom van, holnap újabb lehetőséget kapok.

Glenn Mitchell kuglófja

- 1000 grammos kuglófhoz
- Elkészítési idő: legalább 23 óra, ebből nagyjából 30 perc a tényleges munka

A kuglóf élesztős egyensúlytésztaból készített nagyon egyszerű, de ízletes sütemény, néhány szem rumba áztatott mazsolával megbolondítva. A munka dandárját a tészta elkészítése jelenti, főleg mert a folyamat négy szakaszból áll. Ahogy a könyvben szereplő többi édes recept esetében is, itt is először vaj és cukor nélkül hagyjuk fejlődni a tésztát. Amikor már nagyon sima és erős, külön-külön hozzágyúrjuk a cukrot és a vajat. Így a sikernek van ideje átalakulni, mielőtt a cukor elvonná tőle a vizet, vagy a vaj körbevenné. A technika talán zűrösnek tűnik, de ennek köszönhető, hogy a sütemény magasra nő, és selymesen lágy lesz a tésztája – mindez pedig megéri a fáradságot. Amint a tésztát betesszük éjszakára a hűtőbe, véget ért a munka időigényes és koszos része, a sütés napján már csak annyi a dolgunk, hogy megformáljuk a süteményt, kelni hagyjuk, aztán megsütjük.

Az édes tészta eredeti receptje élesztős előtészta használatát írja elő, de Glenn az otthon sütögetőknek azt javasolja, válasszák a kényelmesebb megoldást – amitől ráadásul ízletesebb is lesz a sütemény –, és hagyják ki az előtészta, helyette a félig érett tésztát 8-48 órára tegyék hűtőbe. Ez a módszer nagyon jól beválik, és még fel is erősíti a rum aromáját.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE Legalább 6 órával azelőtt, hogy nekifognánk a tészta elkészítésének, beáztatjuk a mazsolát. Elkészítjük a tésztát, és 8-48 órára a hűtőbe tesszük. A hűtés után hagyjuk, hogy 4-5 óra alatt szobahőmérsékleten felmelegedjen, és az érési folyamat befejeződjön. Megformáljuk a tésztát, 2 órán át kelni hagyjuk, aztán körülbelül 1 órán át sütjük.

	Áztatott mazsola	Térfogat	Súly	Százalékos arány
6 ÓRÁVAL A TÉSZTA KÉSZÍTÉSE ELŐTT A MAZSOLA BEÁZTATÁSA	Sötét mazsola	¾ csésze plusz 2 evőkanál	130 gramm	29%
	Jó minőségű sötét rum	2 evőkanál	30 gramm	7%

Kis tálban a mazsolát összeforgatjuk a rummal, lefedjük folpackkal, és legalább 6 órán át ázni hagyjuk. A mazsolának teljesen fel kell szívnia a rumot.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
LEGALÁBB 8 ÓRÁVAL, DE AKÁR 2 NAPPAL A SÜTÉS ELŐTT A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Bármilyen tej	1 csésze	225 gramm	50%
	Porélesztő	2 teáskanál	6 gramm	1,4%
	Fehérítetlen univerzális liszt	3 csésze	450 gramm	100%
	Só	1¼ teáskanál	9 gramm	2%
	Hűtött tojás	1 nagy egész plusz 1 sárgája		15%
	Kristálycukor	6 evőkanál	70 gramm	16%
	Sózatlan vaj, puhán, ha kézzel vagy álló mixerrel gyúrunk, hűtve, ha konyhai robotgépben	½ csésze	113 gramm	25%

folytatás a következő oldalon

A tejet magas hőfokra állított mikrohullámú sütőben 4 perc alatt megmelegítjük, vagy kis lábosban a tűzhelyre tesszük, míg az edény pereménél buborékok kezdenek formálódni, a tej gőzölni kezd, és az illatán is érezni, hogy felforrt. Hagyjuk kihűlni 41-46 °C-osra – ez nagyjából a kellemesen forró fürdő melegének felel meg. (Azzal, hogy felforraljuk a tejet, denaturáljuk benne a fehérjét, melyek megtámadnák a sikért; ha kihagyjuk ezt a lépést, a kuglóf textúrája durvább és tömörebb lesz.) Az élesztőt a meleg tejbe szórjuk, és 5-10 percig állni hagyjuk.

kézzel: A lisztet és a sót nagy tálban összekeverjük. Hozzáadjuk az élesztős tejet, a tojást és a tojássárgáját. Fakanállal vagy a kezünkkel addig gyúrjuk a tésztát, míg rendesen össze nem áll. Ez a tészta nagyon kemény, és morzsolódónak is tűnhet. Kiborítjuk a tálból, és 5-10 percig gyúrjuk, hogy sima, de erős legyen. A só miatt először nagyon szemcsés lesz, de a szemcsék hamar felszívódnak benne.

Két részletben hozzáöntjük a tésztához a cukrot, és mindkét adag hozzáadása után addig gyúrjuk, míg sikerül a cukrot teljesen eldolgozni benne – meglehetősen koszolós munka, de a tésztakaparó segíthet –, és a tészta nagyon sima lesz. A puha vajat is 2 részletben adjuk hozzá, mindkét adagot teljesen beledolgozva a tésztába (a cukor és a vaj hozzáadása után a tészta érezhetően lágyabb lesz). Addig gyúrjuk, míg sima, lágy és fényes nem lesz. Beleforgatjuk a mazsolaszemeket, és újra átggyúrjuk, hogy a mazsola egyenletesen oszoljon el benne.

álló mixerrel: A lisztet és a sót nagy tálban kézzel összekeverjük. Hozzáadjuk az élesztős tejet, a tojást és a tojássárgáját. Fakanállal nagyjából simára keverjük a hozzávalókat. A tésztadagasztó karral alacsony fokozaton addig dagasztjuk a tésztát, míg rendesen összeáll, és fölgyúlik a karra. A tészta annyira kemény, hogy szükség lehet 1-2 kanál víz hozzáadására ahhoz, hogy összeálljon a dagasztókaron. Amikor ez bekövetkezik, közepes fokozatra kapcsoljuk a gépet, és körülbelül 3 percig dagasztjuk, míg nagyon sima és erős nem lesz.

Először a cukrot, majd a vajat is hozzáadjuk, mindkettőt két részletben, minden alkalom után addig dagasztva a tésztát, míg sikerül a cukrot, illetve a vajat teljesen beledolgozni. Akkor jöhet a következő adag, ha a tészta már letisztította a tál falát. Tovább dagasztjuk, míg sima, lágy és fényes nem lesz. Ekkor kivesszük a tálból, és kézzel gyúrjuk bele a beáztatott mazsolaszemeket.

konyhai robotgéppel: A lisztet és a sót az acélpengével felszerelt konyhai robotgép keverőtábjába tesszük, és a pulzáló fokozatra kapcsolva a gépet, elkeverjük. Levesszük a tálról a fedelét, és hozzáadjuk a liszthez az élesztős keveréket, a tojást és a tojássárgáját. A tésztát addig keverjük, míg sima labdává nem formálódik, a tál pedig gőzölni kezd. Kivesszük belőle a tésztát, és kézzel átggyúrjuk, hogy kihűlhessen, és eloszlassuk benne a hőt. Meglehetősen merevnek fogjuk érezni, ha kihűlt. Visszatesszük a tésztát a gép tábjába, 30 másodpercig dagasztjuk, majd kézzel folytatjuk, hogy lehűtsük. Ezt az egészet kétszer-háromszor megismételjük, míg a tészta nagyon sima és erős nem lesz.

A gépet bekapcsolva hagyjuk, apránként hozzáadjuk a tésztához a cukrot a fedő adagolónyílásán keresztül, majd addig dagasztjuk, míg a cukor felszívódik, a tészta pedig sima lesz. Ekkor még nagyon ragadós. Kivesszük a tálból, és kézzel átggyúrjuk, hogy lehűtsük. Visszatesszük a tálba, és hozzáadjuk a darabokra vágott vaj nagyjából felét. Körülbelül 30 másodpercig dagasztjuk a géppel a tésztát, míg sikerül teljesen eldolgozni benne a vajat. Ha a tészta nagyon felmelegedne közben, kézzel újból átggyúrjuk, hogy lehűlhessen. Hozzáadjuk a megmaradt, darabokra vágott vajat, és 30 másodperc alatt alaposan eldolgozzuk a tésztában a géppel. Végül kivesszük a tésztát a tálból, és kézzel hozzágyúrjuk a beáztatott mazsolaszemeket. Nagyon simának, nyújthatónak és selymesnek kell lennie.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE

Belisztezett felületen kinyújtjuk a tésztát, kilapítjuk, és nagy, zárható műanyag zacskóba tesszük. Azonnal hűtőbe rakjuk, és legalább 8, legfeljebb 48 órára itt is hagyjuk. Amikor szeretnénk folytatni a munkát, kivesszük a hűtőből, és a konyhapulton, a zacskóban hagyva megvárjuk, míg 4-5 óra alatt végbemegy az érési folyamat.

folytatás a 196. oldalon



	Díszítés	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A FORMÁK ELŐ- KÉSZÍTÉSE, A TÉSZTA FORMÁ- LÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE	Sózatlan vaj	3 evőkanál	45 gramm	10%
	Szeletelt mandula	¼ csésze	30 gramm	7%
	Porcukor, a kuglóf tetejének meghintéséhez			

Megolvasztjuk a vaját, majd kicsit hagyjuk kihűlni, hogy valamennyire besűrűsödjön.

Kevés liszttel megszórjuk a munkalapot. Kivesszük a tésztát a zacskóból, meghintjük liszttel, és megnyomjuk, hogy leeressen. Gyöngéden feszes labdává gömbölyítjük (29. oldal), visszatesszük a zacskóba, és 20-25 percig pihenni hagyjuk.

Míg a tészta pihen, konyhai ecset segítségével jó vastagon kikenünk egy 10 csészenyi őrztartalmú kuglófformát a vajjal. (Ha csak kisebb formáink vannak, félig töltjük meg őket tésztával.) Figyeljünk rá, hogy a középső kúpra jóval több vaját kenjük, mivel a tészta hajlamos ragadni. Éppen ezért a forma alján hagyjuk csak összegyűlni a vaját. A mandulaszeleteket a vajtócsába szórjuk.

Kivesszük a tésztát a zacskóból, és ujjainkat a közepébe nyomjuk, hogy kilyukasszuk. Újabb 10 percig pihenni hagyjuk, majd a kezünkkel kitágítjuk a lyukat, hogy biztosan illeszkedjen a formához. Vízzel megnedvesítjük a kezünket, és végigtapogatjuk a tésztakarika sima oldalát, hogy ragadós legyen (így könnyebben tapad rá a mandula). A tésztát nedves oldalával lefelé a formába tesszük; félig kell megtöltenie azt. Lazán lefedjük folpackkal, és körülbelül 2 órán át kelni hagyjuk, míg alaposan megnő, és jóval a forma pereme fölé púposodik.

A SÜTŐ ELŐ- MELEGÍTÉSE

Körülbelül 30 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, rácsot helyezünk a sütő legalsó sínjére, és az összes többi kivesszük. A sütőt 180 °C-ra előmelegítjük.

A KUGLÓF SÜTÉSE

A süteményt 50-60 perc alatt, félidőnél megforgatva, mindenütt szép barnára sütjük. Ha elkészült, kivesszük a sütőből, azonnal kiborítjuk egy rácsra, és hagyjuk teljesen kihűlni. Akkor a legfinomabb, ha már állt egy napot. Tálalás előtt szitáljuk rá a porcukrot.

A NÉMET INASÉVEK

Az Egyesült Államokban nincs szervezett, hazai szakmai gyakorlatra lehetőség, ezért az ambiciózus pékeknek saját maguknak kell gyakorlati helyről gondoskodniuk, ahogy azt Glenn Mitchell is tette. Európában viszont a szakmai gyakorlat intézménye minden kézműves szakmában évszázados hagyományra tekint vissza, a céhek itt nem csak a mesterség továbbadását biztosították, hanem sokszor testi összefogásban is működtek.

Carsten Kruse az egyik legjobban képzett pék, akit ismerek. A német pékmeszter ma a Dutch Regale Pékség dallasi üzletét igazgatja. Carstennel egy késő esti látogatás során beszélgettem az inaséveiről. Azért kerestem fel a pékséget, hogy többet tudjak meg a püspökkenyerükről és csodálatos rozskenyereikről *(a rozskenyerekről részletesebb leírás a 153. oldalon található)*.

Carsten családja nagy pékséget üzemeltet Hamburgban, így gyakorlatilag „péknek nevelték”. A középiskola elvégzése után vágott neki a szakmai gyakorlatnak – ez az időszak számára négy évig tartott, egy évvel tovább a megszokottnál, mert közben a cukrászmesterséget is kitanulta.

„Hétközben az ember mindenféle

munkát elvégez a pékségben, és hetente egyszer-kétszer iskolai oktatás is van, ahol a szakmai alapokat lehet elsajátítani – meséli. – Mindent megtanulsz a hozzávalókról, a receptekről, a készítményekről és egyébektől. Ez esetemben két évig tartott. Én az Északi-tengernél tanultam [a cukrászmesterséget], és annál a családnál laktam, ahol gyakorlaton voltam. Két évig a pékség fölött éltem. Igazából mindig ott voltam... a családnál étkeztem. Reggeli, ebéd, vacsora.

A tanulói idő leteltével vizsgázni kell, ami gyakorlati vizsgát jelent – folytatja a magyarázatot –, majd ezt követi az írásbeli felmérés, és ha azon is átmész, megkapod a tanúsítványt, hogy hivatásos mestersegéd vagy. Ha valaki tovább akar tanulni, hogy mester lehessen, először igazoltan öt évet kell dolgozni különböző pékségekben. Én utazgatni kezdtem. Dolgoztam luxushajón; voltam Svájcban és sok más helyen is, hogy tapasztalatot szerezzek. Azt hiszem, tíz vagy tizenkét különböző pékségben fordultam meg.

Aztán beiratkoztam a mestertanfolyamra, ahol a képzés nappali tagozaton folyt, és majdnem egy évig tartott. Egy héten öt-hat napon kellett bejárni. Mindent megtanítanak a hozzávalóktól kezdve a pékek és a cukrászok betanításán át az üzletvezetésig. Könyvelést és

gépkezelést is oktatnak. És ha mindez megvan, megint vizsgázni kell.

Ami a vizsga gyakorlati részét illeti – magyarázza Carsten –, különböző kategóriájú termékeket kell készíteni: kovászos kenyereket, rozskovászos meg fehér kovászos tésztát, aztán meghatározott mennyiségű édes tésztát, croissant-okat, dán vajas kekszeket. És ezt mind fel is kell szolgálni, be kell árazni és fel kell címkézni. A nap és a gyakorlati vizsga végén az összes készített péksüteményt elrendeztük egy kirakatban, ahogy az ember a boltjában is tenné. A kirakatot egy adott téma, például a nyár, húsvét vagy karácsony szerint kell berendezni. Én a hálaadást kaptam. Huszonötféle különböző péksüteményt készítettem el nyolc óra alatt. A vizsga előtti napon úgy emlékszem, volt körülbelül két órája az embernek, hogy nekilásson a kovásznak vagy a szivacsnak, vagy amit készíteni akart, míg a vizsga napján nyolc óra állt rendelkezésünkre.

Szerintem annak a sok fiatalnak, akik kikerülnek a középiskolából, és nem szeretnének egyetemre menni, ez nagyon jó lehetőség. Újabb három évig csiszolhatják a tudásukat, ami nagyon sokat számít. Segít a fiataloknak irányt találni az életben. A középiskola után nem kerülnek ki az utcára.”

A Dutch Regale mandulás püspökkenyere

- Négy 500 grammos püspökkenyérhez
- Elkészítési idő: nagyjából 17 óra, ebből kb. 1 óra a tényleges munka

A püspökkenyér szokatlan sütemény – tömör, finom szemcséjű és illatos –, egyáltalán nem olyan, mint az átlagos amerikai édes sütemények. Nagyon kevés tej és cukor van benne, kevés tojás (sokszor el is maradhat), ugyanakkor rengeteg vaj és különféle ízesítők. Tulajdonképpen élesztővel készített omlós tésztáról van szó. Mivel nagyon kevés folyadékkal készül, és különleges, vajból, cukorból és porcukorból álló bevonat fedi, nagyon sokáig eláll, ezért nagyszerű ünnepi ajándék.

A szilárd állag és az alapos érés érdekében a tésztát három szakaszban gyúrjuk és kelesztjük. A siker titka, hogy a tésztát minden alkalommal alaposan megdolgozzuk. Kezdeti változatát nagyon simává és erőssé kell dagasztani. A tészta az utolsó gyúrás előtt majdnem úgy morzsolódik, mint az aprósütemény tésztája, de addig kell dagasztani, míg éppoly fényes és rugalmas nem lesz, mint a kezdeti fázisban. Leggyorsabban konyhai robotgépben készíthetjük el az efféle tésztákat; az álló mixer is megfelel, de azzal sokkal tovább tart.

Ha a környéken nem kapható friss élesztő, kénytelenek leszünk ozmotoleráns élesztőt használni a püspökkenyérhez (lásd *Források*, 234. oldal), mivel a tésztához csak nagyon kevés folyadékot keverünk. (Az élesztő neve arra utal, hogy magas ozmózisnyomású folyadékokban – ilyenek az édes tészták – is képes tenyészni, anélkül, hogy kiszáradna [lásd 20. oldal]).

A püspökkenyeret kenyérlisztből kell készíteni, ezért 12,5-13%-os fehérjetartalmú lisztre lesz szükségünk. Kipróbáltam univerzális liszttel is, gondolván, hogy a végeredmény lágyabb tészta lesz, de az sehogy sem akart összeállni, a püspökkenyér pedig csomós, csirizes és csúnya lett.

A Dutch Regale (lásd 153. oldal) püspökkenyere a sűrű, szirupos, erőteljesen narancsos Orange Flavedo ízesítővel készül, amit a hobbipékek nem tudnak beszerezni. A pékség intézője, Eric Castel sűrített narancslevet javasolt helyette, amit én narancshéjjal is megtámogattam.

A Dutch Regale ezt a receptet az amerikai ízésnek megfelelően formálta át, ezért kevesebb kandírozott gyümölcs van benne, és kihagyták belőle a rumot. Ha inkább európai módra készítenénk, próbáljuk ki a 205. oldalon található rumos püspökkenyeret.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE Elkészítjük a szivacsot, és 1 órán át érni hagyjuk. Időközben a cukorral és az ízesítőanyagokkal habosra verjük a vajat. A maradék lisztet és a szivacsot az ízesített vajhoz adjuk, és simára keverjük. Egy órán át kelni hagyjuk. Ezután hozzágyúrjuk a mazsolát és a kandírozott gyümölcshéjat. Megformáljuk a tésztát, és egy rúd mandulapasztát teszünk bele. A tésztát 1½-2 órán át kelni hagyjuk. A püspökkenyeret 25-35 percig sütjük. Kivesszük a sütőből, és megkenjük vajjal. Négy órán át hűlni hagyjuk, majd megforgatjuk kristálycukorban. Újabb 8 órán át állni hagyjuk, majd vastagon megszórjuk porcukorral, és műanyag zacskóban tároljuk.

A SÜTÉS NAPJA
A TÉSZTA
KÉSZÍTÉSE

Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
Bármilyen tej	¾ csésze plusz 2 evőkanál	200 gramm	33%
Ozmotoleráns élesztő, például SAF Instant Gold	1 evőkanál plusz 1 teáskanál	12 gramm	2%
VAGY friss élesztő	VAGY 1 kocka	VAGY 36 gramm	VAGY 6%
Fehérítetlen kenyérliszt	4 csésze	600 gramm	100%
Sózatlan, puha vaj	1 ⅓ csésze	300 gramm	50%
Kristálycukor, plusz a forgatáshoz is	⅓ csésze	70 gramm	11%
Só	1 ½ teáskanál	8 gramm	1,4%
Őrölt kardamom	½ teáskanál		0,2%
Puha, nyújtható mandulapaszta*	3 evőkanál	50 gramm	8%
Tiszta vaníliakivonat	1 teáskanál	5 gramm	0,4%
Narancslé-sűrítmény	1 evőkanál	15 gramm	2%
1 narancs héja, darálva	1 evőkanál plusz 1 teáskanál	8 gramm	1,4%

* A finomabb íz érdekében szerezzünk be import mandulapasztát. Én Betty Crocker termékét használom, amit Németországból importálnak, és viszonylag könnyű beszerezni.

A tejet magas hőfokra állított mikrohullámú sütőben 1 perc alatt megmelegítjük, vagy kis lábosban a tűzhelyre tesszük, és addig melegítjük, míg az edény pereménél buborékok kezdenek formálódni, a tej gőzölög, és az illatán is érezni lehet, hogy felforrt. Hagyjuk kihűlni 41-46 °C-osra – ez nagyjából a kellemesen forró fürdő melegének felel meg. Hogy a tej lassabban hűljön, öntsük nehéz cserépedénybe. (Azzal, hogy felforraljuk a tejet, denaturáljuk benne a fehérjét, melyek megtámadnák a sikerséget; ha kihagyjuk ezt a lépést, a sütemény textúrája durvább és tömörebb lesz.) Az élesztőt a kihűlt tejbe szórjuk, és 5 percig állni hagyjuk.

álló mixerrel: A keverőtálba öntött élesztős tejhez 1¾ csésze (260 gramm) lisztet adunk, és kézzel elkeverjük, hogy összeálljon. A közepes fokozatra állított tésztagasztó karrel felszerelt géppel körülbelül 5 percig dagasztjuk a tésztát, míg sima, nagyon erős és rugalmas nem lesz. Ne a dagasztáson akarjunk időt spórolni, mivel ez a kezdetleges tészta viszi majd a hátán a többi hozzávalót is. A tésztát áttesszük egy kis tálba, szorosan lefedjük folpackkal, és 1 órán át kelni hagyjuk, míg rendesen feljön.

A vajat, a cukrot, a sót, a kardamomot, a mandulapasztát, a vaníliát, a narancslésűrítményt és a narancshéjat a keverőtálba tesszük, a gépre felszereljük a sima keverőlapátot, és habosra verjük a keveréket.

Az érett tésztát és a megmaradt 2¼ csésze (340 gramm) lisztet a vajas keverékhez adjuk, és a tésztát közepesen magas fokozaton 20-30 percig dagasztjuk, míg nagyon sima, erős és rugalmas nem lesz. A tészta először szinte darabos, de aztán összeáll, és ha eleget dagasztottuk, erős és fényes lesz. Nem kell megijedni, ha a dagasztás végére a tészta zsírosnak tűnik. Ha a tészta csak forog a lapáttal, egy-két fokozattal növeljük a sebességet, hogy leváljon róla.

folytatás a 202. oldalon



Balra: Miután az összes hozzávaló belekerült, a tészta darabosnak tűnik.
Lent: 20-30 perc dagasztás után a tészta egynemű és nyújtható.



Jobbra: Árkot alakítunk ki a tésztában, hogy így formáljuk meg a sütemény külső, harmadik halmát.

Lent: A mandulapaszta-rudacskát a tészta vastag széléhez illesztjük.



konyhai robotgéppel: A gép keverőtáljába öntött élesztős tejhez 1¾ csésze (260 gramm) lisztet adunk, és addig keverjük, míg a kezdetleges tészta sima és nagyon erős nem lesz. Ne a dagasztáson akarjunk időt spórolni, mivel ez a tészta viszi majd a hátán a többi hozzávalót is. A tésztát át tesszük egy kis tálba, szorosan lefedjük folpackkal, és 1 órán át kelni hagyjuk, míg rendesen feljön.

A vaját, a cukrot, a sót, kardamomot, a mandulapasztát, a vaníliát, a narancslésűrítményt és a narancshéjat a keverőtálba tesszük, és alaposan elkeverjük.

Az érett tésztát és a megmaradt 2¼ csésze (340 gramm) lisztet a vajas keverékhez adjuk, és a tésztát több menetben nagyon simává és erőssé dagasztjuk. Először körülbelül 30 másodpercig dagasztjuk a géppel, majd kivesszük a tálból, és kézzel átgúrjuk, hogy lehűljön (hajlamos túlmelegedni), majd visszatesszük a tálba, és újabb 30 másodpercig dagasztjuk. A sorozatot ötször-hatszor megismételjük, míg a tészta nagyon sima, erős és rugalmas nem lesz. Ne aggódjunk, ha a tészta a dagasztás végén kicsit zsírosnak tűnik.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE

A tésztát olyan tárolóedénybe tesszük, amelynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. Nagyjából 1 órán át hagyjuk kelni, míg könnyűvé válik és a duplájára nő.

	Töltelék	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A TÉSZTA FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE	Kandírozott citromhéj, felkockázva	⅓ csésze	50 gramm	8%
	Apró szemű sötét mazsola	3¾ csésze	570 gramm	95%
	Puha, nyújtható mandulapaszta	1 csésze	300 gramm	50%

Enyhén belisztezett munkalapon vékony lappá nyújtjuk a tésztát. Rászórjuk a citromhéjat és a mazsolát, majd feltekerjük a tésztát. A tésztatekerces végeit középre hajtjuk, hogy a gyümölcs egyenletesen oszoljon el, majd a tésztát 10 percig pihentejük. Ezután 4 egyforma darabra vágjuk, összegömbölyítjük (29. oldal), majd körülbelül 25 cm hosszú hengerré formáljuk. Lefedjük a tekerceket, és körülbelül 20 percig pihenni hagyjuk.

Kibélelünk sütőpapírral vagy alufóliával 2 dupla falú tepsit, vagy alaposan kivajazzuk.

Ha a püspökkenyér keresztmetszetét nézzük, látszik, hogy a sütemény 3 keskeny halomból áll, melyek piramisszerűen nyugszanak egymáson – az alsó kettő tartja a felsőt. Fentről nézve oválisnak tűnik a formája, így összességében a pólýában fekvő gyermek Jézust szimbolizálja. A formálás menetét nagyon nehézkesen lehet csak leírni, ezért ha összezavarodnánk, vessünk egy pillantást a fényképekre.

Megtisztítjuk a munkalapot, és meghintjük egy kevés liszttel. Sima felével lefelé rátesszük az egyik tésztadarabot, majd 25 centis négyzetre nyújtjuk. A felső és az alsó szélét összehajtjuk, hogy az illesztés közepén legyen. A hajtás után 25 × 15 centis lappá nyújtjuk a tésztát, úgy, hogy felső és alsó széle körülbelül 2 cm vastag, a közepe pedig meglehetősen vékony legyen.

A mandulapasztát negyedcsészényi darabokra vágjuk. Az egyik darabot addig gyúrjuk, míg lágy és olajos nem lesz, majd a tészta hosszánál körülbelül 2 centivel rövidebb rudaeskává sodorjuk.

folytatás a 204. oldalon



A rudat keresztben a tészta középső, vékony részére tesszük, majd az egyik vastag szélhez illesztjük. Vízzel benedvesítjük mindkét vastag peremet, hogy könnyebb legyen összeragasztani. A tészta szemközti vastag szélét átfordítjuk a lap közepén, hogy befedje a mandularudat. Ebből a hengerből lesz a felső halom, ezért a tésztának teljesen el kell fednie a mandulát. A tészta most nagyon keskeny, $7,5 \times 25$ centis téglalapként fekszik előttünk. A vastag széleket összenyomjuk, hogy a mandularudat a tésztába zárjuk. Összeráncoljuk a tésztát, hogy kiemeljük a felső halom határait, és az alsó halmot. A tenyerünk élével árkot formálunk a tésztába az összehajtott szél mentén, ami egyben a mandularúd hátsó oldala is (meglehetősen keskeny, és furcsán is néz ki). Most a tészta köré helyezzük a két kezünket, és összenyomjuk a széleket, hogy ovális legyen a formája. Talán túl keskenynek tűnik, de kelés és sütés közben szélteben is meglehetősen sokat nő a tészta. Ugyanígy teszünk a maradék tésztával és mandulapasztával.

Két-két püspökkenyeret helyezünk mindegyik előkészített tepsibe, lazán lefedjük folpackkal, majd $1\frac{1}{2}$ -2 órán át kelni hagyjuk, míg nagyon könnyűek nem lesznek és megnőnek.

A SÜTŐ ELŐ- MELEGÍTÉSE

Körülbelül 45 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, rácsot helyezünk a sütő második sínjére, és egy másodikat a legalsóra. A többi rácsot kivesszük a sütőtérből. A sütőt előmelegítjük 180°C -ra.

	Bevonat	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A PÜSPÖKKENYÉR SÜTÉSE ÉS BEVONÁSA	Sózatlan vaj	$\frac{1}{2}$ csésze	113 gramm	
	Kristálycukor			
	Porcukor			

A süteményeket 25-35 perc alatt mindenütt szép barnára sütjük úgy, hogy félidőnél elforgatjuk. Míg a püspökkenyerek sülnek, egy tepsire vagy tálcára hűtőrácsot teszünk. A vajat megtisztítjuk: kis láng felett megolvasztjuk, majd leszedjük róla a habot, és a tiszta, sárga vajat tárolóba öntjük, a lábos alján maradt tejes üledéket pedig kiöntjük.

A süteményeket kivesszük a sütőből, és azonnal a hűtőrácsra tesszük.

A még forró püspökkenyerek minden oldalát – az alját is – megkenjük a forró, tisztított vajjal. Hagyjuk teljesen kihűlni, majd megforgatjuk a kristálycukorban. 8 órán át állni hagyjuk, majd porcukrot szitálunk rájuk. A püspökkenyér legalább egy hónapig eláll, ha lezárt zacskóban tároljuk.

A Dutch Regale rumos püspökkenyere

- Négy 400 grammos püspökkenyérhez
- Elkészítési idő: nagyjából 21 óra, ebből körülbelül 1 óra a tényleges munka

A sütemény ugyanúgy készül, mint az előző mandulás püspökkenyér, de mandulapaszta helyett rumba áztatott szárított és kandírozott gyümölcs kerül bele. Azért írom le ezt a változatot is, mert kicsit egyszerűbb, és van, aki szereti a rum erős ízét.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A szárított és kandírozott gyümölcsöt elkeverjük a rumban, és 6 órán át ázni hagyjuk. Elkészítjük a szivacsot, és 1 órán át érleljük. Közben felferjük a vaját a cukorral és az ízesítővel. Hozzáadjuk a maradék lisztet és a szivacsot az ízesített vaj keverékhez, majd simára keverjük, és 1 órán át érni hagyjuk. Hozzágyúrjuk a beáztatott gyümölcsöt, megformáljuk a tésztát, és 1½-2 órán át kelesztjük. A püspökkenyereket 25-35 percig sütjük. Kivesszük a sütőből, és megkenjük először rummal, majd vajjal. A süteményeket 4 óra alatt hagyjuk teljesen kihűlni, majd megforgatjuk kristálycukorban. Nyolc órán át állni hagyjuk, majd porcukrot szitálunk rájuk, és műanyag zacskóban tároljuk.

	Áztatott gyümölcs	Térfogat	Súly	Százalékos arány
LEGALÁBB 6 ÓRÁVAL A TÉSZTA KÉ- SZÍTÉSE ELŐTT A GYÜMÖLCS BEÁZTATÁSA	Apró szemű, sötét mazsola	4⅓ csésze	650 gramm	108%
	Kandírozott narancshéj, felkockázva	3 evőkanál	40 gramm	7%
	Kandírozott citromhéj, felkockázva	¼ csésze	50 gramm	8%
	Ízletes sötét rum	2 evőkanál	30 gramm	5%

A mazsolát, a narancshéjat, a citromhéjat és a rumot összekeverjük nem érzékeny anyagból készült tálban. Szorosan lefedjük folpackkal, és szobahőmérsékleten legalább 6 órán át állni hagyjuk.

A SÜTÉS NAPJA Elkészítjük a püspökkenyeret a mandulás püspökkenyér receptjénél leírtak szerint, a mazsola és kandírozott citromhéj helyett a rumba áztatott gyümölcskeverékkel szórva meg a tésztát, és kihagyva belőle a mandularudat.

Amikor a püspökkenyerek kikerülnek a sütőből, alaposan megkenjük rummal (használjunk hozzá legalább ¼ csészenyi [60 gramm], vagy akár többet is), ezután kenjük meg a forró, tisztított vajjal. A mandulás püspökkenyér receptjénél leírtak szerint a süteményeket bevonjuk kétféle cukorral.

FRANCIA INASÉVEK

Ellátogattam Lionel Vatinet-hez, a francia pékmesterhez is. A haját lófarokba fésülő francia fiatalembernek halvány akcentusa van, és nagyon franciásan tud olyasmiket mondani, mint például: „Bon, a nőknek van érzéke hozzá, tudod?” Lionel a Compagnons du Devoir tagja, és találkozásunkkor a San Franciscó-i Sütőipari Intézet (San Francisco Baking Institute) oktatója és tanácsadója volt, ma a La Farm Pékség (La Farm Bakery) társtulajdonosa Caryben, Észak-Karolinában.

Lionel nagylelkűen és türelmesen tanítgatott a baguette-készítés fortélyaira egy üres intézeti tanteremben. A szünetben kézzel sodort cigarettáját szívva (állítása szerint ez védi meg attól, hogy túl sokat egyen) mesélt nekem emlékezetes gyakornoki idejéről, amit ma is úgy em-

leget, mint élete legnagyobb ajándékát. A program elvégzéséhez a compagnonoknak (legényeknek) hét-tíz különböző pékségben kell dolgozniuk szerte Franciaországban, mellette pedig tanórákra járnak, és egyéb követelményeknek is meg kell felelniük. Azt a hat-nyolc éves időszakot, mialatt beutazzák Franciaországot, és több helyen is dolgoznak, Tour de France-ként emlegetik.

A compagnonok hagyományai ősiektől titkosak, és tele vannak rejtélyes szimbólumokkal. A tizenharmadik századbeli Franciaországban a munkásoknak tilos volt „engedély nélkül elhagyni mesterüket. Csak a compagnon masonok (vándorlegények) voltak kivételek, ők megtehették, hogy egyik helyről a másikra vándorolnak, hogy munkát vállaljanak. Szabad helyzetük jeléül büszkén viselték az arany fülbevalót”. (*Smithsonian*, 1996.

június) Lionel is ezért hord fülbevalót. „Az emberek gyakran kérdezik, hogy mi most szekta vagyunk-e, vagy netán hadsereg – meséli Lionel. – *Non*, semmi ilyenről nincs szó, mindez inkább a fejünkben van. Az ember elolvassa a kötelezettségeket, és elfogadja, igent vagy nemet mond rá. Ha nemet mond, nem marad tovább; ha igennel felel, onnantól kezdve a közösséghez tartozik. Egyszerű. Az egész arról szól, hogy tiszteljük a mellettünk lévő embert. Az egyik alapelv, hogy az idősebb tanítja a fiatalat, és mi ezt tesszük generációk óta. Ahhoz, hogy az ember befejezze a Tour de France-ot, újabb lépésre van szükség. Ez nagyszerű. Megtanulod, hogyan osztozz másokkal. A szobában, ahol alszunk, talán kettő, öt vagy tíz ember is van még rajtunk kívül. Együtt eszünk. Bon, kommunikálunk. Ez felkészülés az életre.”



Fent, balról jobbra: Lionel Vatinet pékmester rozstésztaát gyúr a San Franciscó-i Sütőipari Intézet tantermében; Lionel idegölő munkával vékony tésztahengereket vagdos be, így formál elegáns búzakalászokat; az elkészült műalkotás. Szemben: Készül a törékeny rózsabimbó.





HAGYOMÁNY- KÖVETÉS

A Royal Crown pékségek

Brooklyn, New York

VALAHÁNSZOR A KÖRNYÉK HORGONYAKÉNT GONDOLOK EGY PÉKSÉGRE – mint ami része a ritmusának és hagyományainak –, a Royal Crown pékségei (Royal Crown Bakeries) jutnak eszembe New Yorkban, Brooklynban. A Calabriából származó két olasz pék, Giuseppe „Joe” és Franko Generoso tulajdonában álló pékségek olyan hagyományt tartanak életben, mely nélkülük már rég feledésbe merült volna.

Ráadásul kenyerük a legjobbba tartozik, amit valaha kóstoltam. Kétszáz éves szénrel fűtött téglakemencéjükben a veknik törékeny héja ráérősen sül ropogósra, a tömör kenyérbél pedig hatalmas légbuborékoktól lesz lyukacsos. Az enyhén, de nem tolakodóan savanykás íz szokatlanul kiegyensúlyozottnak számít ma, amikor a savanyúság még divat is. De a Royal Crown lényege több, mint a kenyér – ez a hely a környékről és a családról szól.

Vasárnap látogattam el hozzájuk, amikor a pékség tömve volt a templomból hazafelé tartó vásárlók soraival, akik kenyeret és desszertet venni ugrottak be a délután négy órai estebédhez. A Generoso nővérek és unokatestvérek szolgáltak ki az üveg-pultok mögül, melyek telis-tele voltak mindenféle édes tésztával, tortával és süteménnyel. Barátok néztek be, hogy a legújabb hírek felől érdeklődjenek, megjegyzéseket tegyenek a kemencéből épp kikerülő péksüteményekre, sőt hogy segítsenek a friss árut a pulthoz cipelni.

Joe legjobb barátja, Glenn Galite, aki a szomszédos színesüveg-bolt tulajdonosa, és éppen diplomázni készül pszichológiából, szintén beugrott egy vekni kenyérért, és persze megkérdezni, hogy mi újság. Miután bemutattak minket egymásnak, Glenn hátravitt a bolt mögötti helyiségbe, hogy találkozzak Joe bátyjával, Frankóval, és Anthonyval, a pékkel – mindketten a kemencéhez voltak beosztva aznap. Miközben Anthony forró kenyeret lapátolt ki a kemencéből egy régi bevásárlókocsiba, Glenn és Franko történeteket meséltek nekem a pékségről és a környékről. A történetek még élettelibbek lettek, mikor Joe vette át Frankótól a szót.

Joe és Glenn az alábbi történetet is elmesélték – ez az egyik kedvencük. A mese a tehetséges olasz pékről, Massimóról szól, aki rövid ideig a Royal Crownnak dolgozott, amíg le nem járt a vízuma. Massimo imádta a lisztet, és nevét azzal írta bele a helyi legendáriumba, hogy valahányszor dolgozott, mindig sikerült saját magát és az egész pékséget is lisztbe borítania.



Szemben: „Idáig!”, mutogatja Joe Generoso pék, miközben rozettákat szaggat a tésztából. Fent: Tortano (215. oldal) és házi kolbászok sorakoznak a polcokon a brooklyni Royal Crown Pékség pultja mögött.

– Szenteste reggelén sétáltam be a boltba. Ő éjszakás volt – kezdte Joe a történetet. – Odaléptem, hogy kinyissam az ajtót, és esküszöm, az ajtótól odáig, ahol ő állt, hegyekben állt a liszt. Mintha havazott volna. Majd’ három centi vastag liszttakaró volt mindenütt. Az egész padlót beborította. A lapátok hófehérek. Mire felsepertem, úgy becsülöm, vagy 25 kiló liszt jött össze. Tulajdonképpen majdnem teljesen megtöltöttem vele egy 45 kilós zsákot. Alig tudtam elhinni, milyen messzire szétszórta a lisztet. Amikor végigmentem a padlón – tudja, milyen érzés liszthalmokon sétálni –, így lépkedtem [bizonytalan hóemberdöcögést mímél], és már épp mondtam volna valamit Massimónak, aztán végül csak annyi jött ki a számon, hogy felejtsd el.

– Felejtsük el, a pasi örült, hagyjuk békén – helyeselt Glenn.

– Inkább meg se szólok. Egyszerűen csak felsöpöröm, és kész.

– Tésztát gyúrt? Vagy mit csinált? – kérdeztem.

– Massimo nagyon gyors. Szórja a lisztet, mindannyian szórjuk a lisztet a kenyérre.

– Amikor formálják a tésztát? – Elképzelem a lisztvihart.

– Nem, nem amikor formáljuk, hanem amikor be-lisztezzük, mielőtt a kemencébe tennénk. És hát az történik... egy egész keveset kellene csak használni, de ő... marékkaal szórja!

Glenn közbeszól:

– Szeretném felvenni videóra, ahogy csinálja, és mi-sét akarok celebrálni itt. – Majd rázendít: – *In nomine Patris, et Filii, et Spiritus Sancti* –, közben pedig úgy tesz, mintha keresztet vetne, és közben liszttel szórja be magát. Mindannyian nevetésben törtünk ki.

Alig hihető, de ez a patinás pékség csupán tíz éve működik. 1987-ben Joe és Franko elhatározták, hogy ketten nyitnak egy cukrászdát. Előtte több mint tizenöt évig dolgoztak Rocco bácsikájuk Rocco Cukrászdájában a Bleecker utcában, a Village-ben. Franko készítette a süteményeket, Joe pedig kiszolgálta a vevőket. Majd kettejük több mint harmincévnyi tapasztalatával a hátuk mögött úgy érezték, ismerik már annyira az üzlet működését, hogy saját vállalkozásba kezdjenek.

Péküzletet vásároltak Brooklyn egyik hentesüzletével és kisboltokkal teli utcájában. A bolthoz tartozott egy százéves kemence és egy majdnem ugyanilyen régi tésztakeverő gép. Hogy megtanulják, hogyan kell kezelni a kemencét, összetoborozták a környék öregjeit,

hogy tőlük sajátítsák el a „kulcs” vagy szelelőlyuk működtetését, mely a gőzt vezeti el és ereszti le. Az idősek megmutatták, hogyan kell a kemencét begyújtani szén-nel, és a hőmérsékletet növelni fa időzített hozzáadásával, hogy lehet megtudni, hány fokok a kemence, anélkül hogy a termosztátra nézne az ember – ami egyébként is használhatatlannak bizonyult –, csupán az alapján, hogy milyen a téglák színe, vagy milyen gyorsan ég el a tűztérbe szórt kukoricadara. A leckék csak néhány órát vettek igénybe, de Franko szerint három évbe telt, míg igazán kiismerték az öreg szörnyeteget.

Eredetileg úgy tervezték, csak édes péksüteményeket fognak árulni, ahogy azt a bácsikájuk a mai napig teszi. De a régi pékség híres volt a kenyéréről, és a vevők folyton azt keresték. A Generoso testvérek ezért úgy döntöttek, hogy bolondság lenne elhajtani őket, ezért néhány alapvető olasz-amerikai kenyérfélét is – panel-lát, tortanót, kenyérrudat – felvettek a kínálatba. Folyamatosan új kenyerekkel bővítették a palettát, és fejlesztették az újakat, míg kialakult a Royal Crown mai választéka, melyben több mint húszféle különböző kenyér szerepel, természetesen a torták, sütemények és aprósütemények hosszú sora mellett.

Amikor eljött a terjeszkedés ideje, találtak egy másik pékséget, nem egészen egy háztömbnyire az eredeti bolttól. Ebben is volt egy öreg kemence – ezúttal fehér mázas csempével díszített fajta –, egy régi tésztakeverő gép, és tartozott hozzá egy érdekes történet is. A régi pék nagy kártyás volt, imádta a lovakat, és az összes bevételét elvesztette a lóversenyeken. De egy nap rámosolygott a szerencse, és a ló, amire tett, végre elsőnek ért célba. A pék annyira meglepődött a szerencse váratlan fordulatán, hogy szívrohamot kapott, és ott helyben meghalt. A nyerő szelvény egyébként, legalábbis úgy mesélik, ötven dollárt ért volna.

A pékségek révén Joe és Franko nagy népszerűsége-re tettek szert a helyiek körében, és már keresik is az újabb helyet, ahol nagyobb üzletet építhetnek. Sajnos az új pékségnek biztosan nem lehet széntüzelésű kemencéje, mivel Joe aggódik a szénfüst hosszú távon potenciálisan egészségkárosító hatása miatt. A régi idők pékjeinek állítólag már tíz-tizenöt év alatt „fekete lett a tüdejük” a naponta beszívott szénportól és füsttől. Joe szeretné megvédeni a munkásait, akik egyben a családtagjai is. Szerinte ugyanaz a hatás elérhető a saját és mások egészségének veszélyeztetése nélkül is.

A Royal Crown édesköményes tarallija

- 32 darab tarallihoz
- Elkészítési idő: kb. 4 óra, ebből nagyjából 40 perc a tényleges munka

Az ovális gusztusos ropogtatnivaló tökéletes ünnepi ajándék, elkészítése pedig hálás feladat. Ha megfelelően tároljuk, a végtelenségig eláll, és az íze mesés. A tarallit sütés előtt meg kell főzni, hogy megtartsa az alakját, ráadásul így szép fényes is lesz. Mártogatóssal, sajtokkal, kolbásszal vagy a délutáni tea mellé tálaljuk.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE Elkészítjük a tésztát, majd feldaraboljuk, és megformázzuk a tarallikat. Hagyjuk pihenni 2 órán át. Nagyjából 10 percig főzzük forró vízben, majd körülbelül 45 percig sütjük.

A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE

Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
Száritott élesztő	½ teáskanál		0.2%
43-46 °C-os víz	1 csésze plusz 2 evőkanál	250 gramm	44%
Fehérítetlen univerzális liszt	3 csésze	450 gramm	79%
Durumliszt*	¾ csésze	120 gramm	21%
Só	1 ¾ csésze	9 gramm	1,6%
Növényi, például kukoricaolaj	3 evőkanál	40 gramm	7%
Fehérbor	¼ csésze	60 gramm	10%
Édesköménymag	1 evőkanál	10 gramm	2%
Olívaolaj	2 evőkanál		

* Próbáljunk extra finom szemcséjű, durumbúzából kétszer őrölt lisztet beszerezni – időnként durumlisztként, de van, hogy extra finom tészta lisztként vagy finomított durumlisztként emlegetik. A durum daraliszt jóval szemcsésebb őrlemény, ezért ebben az esetben nem megfelelő.

Kis kancsóba meleg vizet öntünk, és beleszórjuk az élesztőt, elkeverjük, majd 5-10 percig állni hagyjuk.

kézzel: Nagy tálban összekeverjük az univerzális lisztet, a durumlisztet és a sót. Hozzáadjuk a növényi olajat, a fehérbort és az élesztős vizet. Összedolgozzuk, majd a rendkívül merev tésztát addig gyúrjuk, míg kicsit simább nem lesz. Hozzáadjuk az édesköménymagot.

konyhai robotgéppel: Az univerzális lisztet, a durumlisztet, a sót, a növényi olajat és a fehérbort az acélpengével felszerelt robotgép keverőtádjába tesszük. Bekapcsoljuk a gépet, a fedő adagolónyílásán keresztül hozzáöntjük az alapanyagokhoz az élesztős vizet, és addig keverjük, míg sima, de nagyon kemény tésztává nem sikerül dagasztani. Kivesszük a tésztát a tálból, és kézzel hozzágyúrjuk az édesköménymagot.

folytatás a 214. oldalon



Fent: Összenyomjuk a megsodort tészta két végét, és keskeny, ovális taralliformát alakítunk ki belőle;
lent: a krékertészta kihűlt lapjait darabokra törjük, mielőtt felszolgálnánk.
Jobbra: A kész édesköményes taralli.





A TARALLI DARABOLÁSA ÉS FORMÁLÁSA

Rögtön azután, hogy meggyúrtuk a tésztát, 32 egyforma, szűk 2 evőkanálnyi (30 grammos) darabra vágjuk. Egy csésze vizet készítünk a kezünk ügyébe, hogy könnyebben tudjuk formálni a tésztát. Pár csepp vízzel megnedvesítjük mindkét kezünket, és az egyik darab tésztát toll vastagságú fonallá sodorjuk; körülbelül 28 cm hosszúnak kell lennie. A két végét erősen összenomjuk, majd az illesztésnél tartva felemeljük a tésztakarikát, hogy hosszúkás, ovális formájúra lógja ki magát. A megformált tarallit félretesszük egy tálcára vagy a munkalapra. Az illesztésnek a felső körívnél kell lennie. Ugyanígy megformáljuk a többi tésztadarabot is.

A TARALLI PIHENTETÉSE

A tarallikat lefedjük folpackkal, és 2 órán át pihenni hagyjuk. Látszólag egyáltalán nem kelnek meg ez idő alatt.

A TARALLI FŐZÉSE

Egy széles lábost vagy egyéb mély edényt háromnegyedéig töltünk vízzel, felforraljuk, majd visszavesszük a hőmérsékletet annyira, hogy a víz csak gyöngyözzön. Az olívaolajat a gyöngyöző vízbe öntjük. Hűtőrácsot teszünk egy tepsibe, vagy kibéleljük pár konyharuhával, és a vízhez közel helyezük el. Kibélelünk 2 nagy tepsit sütőpapírral vagy olajjal megkent alufóliával.

Egyszerre annyi tarallit főzünk csak, amennyi kényelmesen elfér az edényben. Először le fognak süllyedni az edény aljára, de gyorsan fel is úsznak majd a víz színére. (Ha mégsem jönnek fel, vegyük ki, és pihentessük még egy óráig, majd újra tegyük forró vízbe.) Miután nagyjából egy percnyi forralás után felúsztak a víz felszínére, és kicsit fel is puffadtak, kiszedjük az edényből, és hagyjuk a rácson lecsöpögni. Ugyanígy megfőzzük az összes tarallit. Ha mindegyik adag lecsöpögött, áttesszük a sütőpapírral bélelt tepsikbe.

A TARALLI SÜTÉSE

Miután megfőztük a tarallikat, körülbelül 45 perc alatt aranybarnára és nagyon szárazra sütjük úgy, hogy közben a sütés félidejénél elforgatjuk a tepsiket. Rácson hagyjuk kihűlni, majd zárt tárolóedényben tesszük.

Ben taralli-krékere

- 8-10 szabálytalan alakú krékerhez
- Elkészítési idő: nagyjából 2½ óra, ebből körülbelül 20 perc a tényleges munka

Fotósunk, Ben Fink jött rá, hogy az édesköményes taralli tésztájából remek kréker készíthető, ha vékony lappá kinyújtva sütjük meg. A kihűlt lapokat kisebb, könnyebben tálalható darabokra törjük. Jóval kevesebb a munka vele, mint a tarallival, és nagyon finom.

A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE A KRÉKERHEZ

Elkészítjük a taralli tésztáját. Olyan tárolóedénybe tesszük, melynek térfogata háromszorosa a tészta méretének, és szorosan lefedjük folpackkal. A tésztát kelni hagyjuk 1-2 órán át, míg kicsit megnő, és könnyen nyújthatóvá válik.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Míg a tészta kel, két rácsot elrendezünk a sütő középső sínjein, és az összes többi kivesszük fölülük. A sütőt előmelegítjük 205 °C-ra.

A TÉSZTA KINYÚJTÁSA ÉS A KRÉKEREK SÜTÉSE

Kibélelünk két 33 × 23 centis tepsit sütőpapírral. A tésztát félbevágjuk. Belisztezett munkalapon nehéz sodrófával mindkét darabot nagyon vékony lappá nyújtjuk. A tésztát átrakjuk a kibélelt tepsikbe. Azonnal a sütőbe tesszük, és körülbelül 20 perc alatt aranybarnára és nagyon szárazra sütjük; a sütés félidejénél elforgatjuk a tepsit. A krékerlapokat lefejtjük a papírról, és rácstra téve hagyjuk kihűlni. Tálalható méretű darabokra törjük, és lezárható tárolóedénybe tesszük.

A Royal Crown tortanója

- 1200 grammos tortanóhoz
- Elkészítési idő: nagyjából 19 óra, ebből körülbelül 20 perc a tényleges munka

Ez a legszebb a Royal Crown kenyerei közül – hatalmas, kerek cipó, a kenyérbél pedig a gondos készítésnek, és a tésztához adott sok-sok víznek köszönhetően reteknyi lyukakkal van tele. Joe krumplit és mézet is kever a nagyon nedves, pépes tésztához az íz és a nedvesség, illetve a szép szín érdekében. Hogy különleges ízt érjenek el, a tésztát csupán az élesztős előtészttal kelesztik, ezért nagyon lassan jön fel, és kellemes, de egyáltalán nem erőszakosan savanykás az íze. Ha az eredeti olasz íz elérésére törekszünk, erőteljes sötétbarnára kell sütnünk a kenyeret, vagyis nem spórolhatunk a sütési időn – a kenyér nem fog megégni.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A SÜTÉS ELŐESTÉJE: Elkészítjük az élesztős előtészttát és a tört burgonyát, ha utóbbit is szeretnénk a tésztához adni. **MÁSNAP REGGEL:** Elkészítjük a tésztát, és körülbelül 4 órán át kelni hagyjuk. Megformáljuk a tésztát, 1 ½ órán át kelni hagyjuk, majd körülbelül 45 percig sütjük a kenyeret.

	Előtészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS ELŐESTÉJE AZ ELŐTÉSZTA KÉSZÍTÉSE	Porélesztő	¼ teáskanál		(összességében 0,3%)
	40-46 °C-os víz	1 csésze		(összességében 73%)
	Fehérítetlen kenyérliszt	⅔ csésze	100 gramm	100%
	Krumpli	1 kicsi	85 gramm	

Az élesztőt üveg mérőedényben elkeverjük a vízzel, és 5-10 percig állni hagyjuk. Az élesztős vízből ⅓ csészenyi a liszthez öntünk (a többit kiöntjük), és a rendkívül ragadós élesztős előtészttát addig keverjük, míg rendesen összeáll. Lefedjük folpackkal, és körülbelül 12 órán át érni hagyjuk, míg tele nem lesz hatalmas buborékokkal, és erősen savanykás ízt kapunk. Ha a konyhánkban nagyon meleg van, és az előtészta gyorsan érik, 3 óra elteltével tegyük hűtőbe. Reggel kivesszük, és ½-1 órán át nem bántjuk, hogy szoba-hőmérsékletűre melegedjen, és be tudjon fejeződni a kelesztési folyamat, mielőtt hozzáfognánk a kenyértészta készítéséhez.

A KRUMPLI ELKÉSZÍTÉSE

A hatékonyság érdekében a krumplit a sütés előestéjén is elkészíthetjük. Négybe vágjuk, annyi vizet öntünk rá, hogy elfedje, és körülbelül 20 perc alatt olyan puhára főzzük, hogy a kés hegyét könnyedén bele tudjuk szúrni. A krumplit lecsöpögtetjük; a vizet akár félre is tehetjük a tésztához. Krumplitörőn vagy szitán átnyomva pürésítjük a negyedeket, és eltávolítjuk a héjukat. Fedeles tárolóedényben a hűtőbe tesszük egy éjszakára. Csak ¼ csésze pürére lesz szükségünk.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Fehérítetlen kenyérliszt	3¾ csésze	575 gramm	100%
	Langyos víz (akár a krumpli főzővize is jó)	1¾ csésze plusz 3 evőkanál	420 gramm	73%
	Előtészta			30%
	Méz	2 teáskanál	14 gramm	2%
	Krumplipüré	¼ csésze	60 gramm	10%
	Só	1 evőkanál	15 gramm	2.4%

folytatás a 217. oldalon



Fent, balról jobbra: Anthony Aprilano a tortano tésztájának közepébe mélyeszti a kezét, majd kerek lyukat formál benne; a tésztát finoman széthúzza kiszélesíti a lyukat; keresztet mintázó metszéseket ejt a belisztezett, megkelt tortanókon. Jobbra: Eladó tortanók.

kézzel: Nagy tálban durva, nagyon nedves tésztává gyúrjuk a lisztet és a vizet. Lefedjük a tésztát, és 10-20 percig pihenni hagyjuk (autolízis).

Hozzáadjuk az élesztős előtésztát, a mézet, a krumplit és a sót, majd 5-10 perc alatt a tésztát simára gyúrjuk. Először gumiszerűnek fogjuk érezni, majd fokozatosan ragacsossá válik; ha kitartóan dagasztjuk, végül sima, fényes tésztává fog összeállni. Ha nem vagyunk elég ügyesek, vagy nincs időnk simára dagasztani, akkor sem lesz baja a kenyérnek. Mivel a tészta rendkívül nedves és ragadós, hívjuk segítségül a tésztakaparót a dagasztáshoz, de semmiképpen ne adjunk hozzá több lisztet, mert az elrontaná az állagát.

álló mixerrel: A mixer keverőtáblájában kézzel vagy fakanállal durva, nagyon nedves tésztává keverjük lisztet és a vizet. Lefedjük a tésztát, és 10-20 percig pihenni hagyjuk (autolízis).

Felszereljük a mixerre a tésztadagasztó kart. Hozzáadjuk az élesztős előtésztát, a mézet, a krumplit és a sót, majd közepesen magas fokozaton 15-20 percig dagasztjuk a masszát, míg nagyon selymes nem lesz, felcsavarodik a gép karjaira, és összeszedi a foszlányokat a tál faláról, mielőtt visszapottyanna az aljára. A tészta annyira nedves, hogy szinte önthető állagú.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE ÉS HAJTOGATÁSA

A tésztából labdát formálunk, és meghempergetjük lisztben. Olyan tárolóedénybe tesszük, melynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, majd szorosan lefedjük folpackkal. Körülbelül 4 órán át kelni hagyjuk, míg a mérete megduplázódik, és telis-tele lesz nagy légbuborékokkal. Nagy adag liszttel megszórva a tésztát négyszer hajtogatjuk (28. oldal) a kelesztés ideje alatt, 20 perces időközönként, vagyis 20, 40, 60 és 80 perc elteltével. A kelesztés hátralévő idején hagyjuk pihenni. Vigyázzunk, a tészta nehogy túlretté váljon, ilyenkor összeesik, s ezzel a kenyér íze és szerkezete is romlik.

A TÉSZTA FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

Az érett tésztát kiborítjuk az alaposan belisztezett munkalapra, és labdává formázzuk (29. oldal), majd 20 percig pihenni hagyjuk. Lenruhát vagy fa vágódeszkát bőségesen megszórunk liszttel. Ha lenruhát használunk, alácsúsztatunk egy tepsit.

Jókora adag lisztet szórunk a tésztalabda közepére. Ujjainkat a közepébe nyomjuk, majd körbeforgatjuk a kezünket a lyuk körül, hogy így körülbelül 10 cm átmérőjűvé szélesítsük ki azt. A kenyér átmérője nagyjából 30 cm lesz.

A tésztát sima felével lefelé a belisztezett lenruhára vagy vágódeszkára tesszük, és megszórjuk még több liszttel. Bevonjuk folpackkal, és körülbelül 1½ órán át kelni hagyjuk, míg a tésztája könnyűvé válik, a fala pedig lassan simul ki, ha kicsit benyomjuk.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Rögtön azután, hogy megformáltuk a kenyeret, rácsot teszünk a sütő második sínjére, és sütőkövet helyezünk rá. A többi rácsot kivesszük a sütőtérből. A sütőt előmelegítjük 230 °C-ra.

A KENYÉR SÜTÉSE

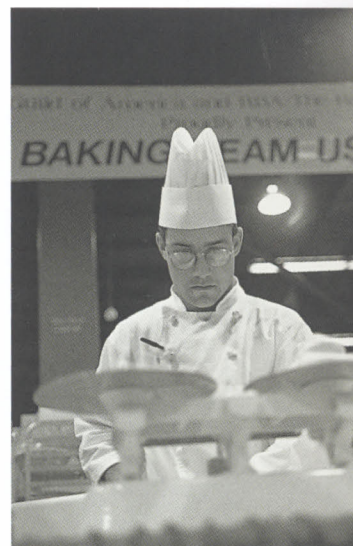
Kicsomagoljuk a kenyeret, és belisztezett péklapára vagy egy darab sütőpapírra fordítjuk. Nem kell aggódnunk, hogy közben elrontjuk a formáját; ha nem kelesztettük meg túlságosan, a sütőben vissza fogja nyerni az alakját. Sugárirányban 4 bemetszést ejtünk rajta, hogy keresztmintát kapjunk. A cipót a forró sütőkőre csúsztatjuk, és a sütés félidejénél egyszer elforgatva 40-50 perc alatt sötétbarnára sütjük. Ha elkészült, rácson hagyjuk kihűlni.



VERSENYT SÜTNI

Az Amerikai Pékek Céhe

Anaheim, Kalifornia



DAWN WOODWARD TÉSZTAKAPARÓVAL A KEZÉBEN A MIXERE FÖLÉ GÖRNYED. Erősen koncentrálna körbeforgatja a tálat, kaparóját időnként belenyomja, hogy a tésztát továbbblódtassa.

A New York-i Boiceville-ben található Csak Kenyér Pékség pékje két másik munkatársával együtt szívét-lelkét is beleadja a sütésbe. Egy-egy elfüggönyözött fülkében mindhárman azért küzdenek, hogy beválogassák őket az USA 1999-es versenycsapatába. A Kispékségek Szövetkezetének (Retail Bakers Association) évi kongresszusán vagyunk, Anaheimben, Kalifornia államban. A terem egyik szegletét a versenycsapat szponzora, vagyis az Amerikai Pékek Céhe szinte csodával határos módon három teljesen felszerelt kézműves pékséggé alakította át. A sütés korán kezdődött, még mielőtt a kongresszus megnyitotta volna kapuit, nekem pedig lyukat kellett beszélnem a biztonsági őnök hasába, hogy beengedjenek, és láthassam, hogyan dagasztják tésztáikat a versenyzők.

Mindhárman megnyerték már a maguk körzeti versenyét, de még utoljára bizonyítaniuk kell, hogy bekerülhessenek a csapatba. Ez a harmadik alkalom, hogy a céh a csapat szponzora, és úgy remélik, hogy most, első országos selejtezőjük utolsó fordulójának végére erős csapatot sikerül összeállítaniuk. A csapat 1999 februárjában Párizsban méreti meg magát az Europain elnevezésű sütőipari kiállítás keretében megrendezett Coupe du Monde de la Boulangerie-n, vagyis a Kenyérsütő Világbajnokságon. Minden eddiginél kiélezettebb versenyre lehet számítani. A céh előző csapata 1996-ban nagy meglepetést okozott nemzetközi szakmai körökben azáltal, hogy kenyérkülönlegességek kategóriában elhozták az első díjat.

Az előző két nap fordulói végére kettő elkelt a csapat három helyéből. Művészi kivitelezés (kenyérszobrászat) kategóriában Thomas Gumpel, a greystone-i Amerikai Kulináris Intézet oktatója bizonyult a legjobbnak, míg a különlegességek (viennoiserie) kategóriában – mely a briós- és croissant-félék, valamint a dán vajas sütemények készítését foglalja magába – Robert Jörin fogja képviselni a csapatot – ő szintén a greystone-i intézet tanára. A csapat azzal a pékkel lesz teljes, aki ma megnyeri a kenyérkülönlegességek versenyét.

Az ajtók hamarosan a kongresszus résztvevői előtt is megnyílnak, a terem megtelik étellel. A középső fülkében Matt McDonald órája csipog: hajtogatni kell a ciabatta tésztáját. A minne-

Szemben: Greg Mistell, az Amerikai Pékek Céhének elnöke felsegíti a verseny győztesére, Jan Schatra az USA versenycsapatának egyenkeabátját.

Fent: Az egyik versenyző, Matt McDonald serpenyős mérlegben méri a tésztát.



Balról jobbra: Matt McDonald csavart baguette-jeit lenruhába helyezi a kelesztéshez; a megkelt tésztát kiborítja a tekercselt kosárból; Lionel Vatinet bíró a tészta formálását vizsgálja.

apolisi Nemzeti Sütőipari Központban töltött hat hónapos szakmai gyakorlatát nemrégiben befejező Matt előhúzza a csöpögő tésztát a tárolójából, a liszttel beszórt munkapadon gyorsan áthajtogatja, majd visszateszi a helyére. A munkapad tele van kelesztőedényekkel, mindegyik saját időmérővel van ellátva. Úgy tűnik, a többi pék inkább a saját órájára hagyatkozik, de mindannyian sűrűn pillantanak a maguknak gyártott, műanyag irattartóba bújtatott ütemezésre.

Úgy tűnik, eggyel odébb, az első fülkében dolgozó Dawnon úrrá lett a pánik. Mintha nem akarnának keln a tésztái. Jelez Craig Ponsfordnak, a csapat edzőjének, aki berohan a fülkébe, és ellenőrzi a kelesztéskésleltető berendezés hőmérsékletét. Kiderül, hogy Dawn rosszul programozta be, de a gyártó jelen lévő és hatalmas újjongással fogadott képviselőjének sikerül gyorsan újra-programoznia. De Dawn már elvesztette lélekjelenlétét, gondterhelten ráncolja össze homlokát.

A harmadik fülkében Jan Schat formázza elő a baguette-jeit. A levegős tészta a liszttel megszórt munkapadon fekszik, Jan sebesen vagdossa a darabokat, gondosan leméri, majd gyengéden vaskos rudakká hajtogatja. A kenyér súlyának pontosan meg kell felelnie az előírásnak, ez pedig nehezebben megoldható, mint ahogy azt gondolnánk. A tészta sütés alatt veszít a súlyából, a péknek pedig pontosan meg kell tudnia becsülni a veszteséget. Jan tésztája szinte lebeg a hatalmas

légbuborékoknak köszönhetően, ő pedig gondosan ügyel rá, hogy egyet se tegyen tönkre, miközben a tésztával dolgozik. A jóképű, szigorú égbék szemű, északi-
asan szögletes arcvonásokkal rendelkező Jan társigazgatója a kaliforniai Burlingame-ben található Accademia del Fornaionak, az Il Fornaio sütőipari lánc magániskolájának. Mozdulatai finomak és kimérték, a közönség soraiban ülőknek nyilvánvaló, hogy rutinosságát sok év tapasztalatának köszönheti.

Az Acme Kenyér-sütő Vállalattól érkezett Rick Kirkby most az egyik bíró – 1994-ben a céh által támogatott első versenycsapat színeiben képviselte az országot – áthajol a pulton, hogy kérdezzen valamit Matttól. Rövid megbeszélést tartanak, aztán Rick megjegyzést firkant az irattartóra csíptetett papírra. Rick a másik két zsűritaghoz, Lionel Vatinet-hez, a francia mesterpékhez és tanárhoz, illetve Tom McMahonhoz, a céh alapítójához és nyugalmazott elnökéhez hasonlóan időnként odalép egyik-másik versenyzőhöz, hogy a receptjeikről vagy a módszereikről kérdezze őket. Bár igyekeznek nem tolatkodniak lenni, kicsit azért komiskodnak az indulókkal, hogy így mérjék fel, mennyire bírják a versenyzéssel járó stresszt, képesek-e közben hátrózott, érthető választ adni a kérdésekre. Párizsban az újságírók és a jövő-menő közönség folyamatosan kérdésekkel bombázza a versenyzőket, akiknek mindig ügyesen kell válaszolniuk.

Lionel nem csinált nagy ügyet a zsűrizésből, alig fi-



Balról jobbra: Dawn Woodward baguette-eket tesz át a lenruhára; Jan Schat baguette-et formál; Jan elrendezi a kész kenyereket.

gyelte, mi törtékig. Csodaszép akcentussal fűszerezett angolsággal közli velem, hogy bár fontos az is, hogyan dolgoznak a versenyzők, a végeredmény az, ami igazán számít. „A kenyér, az bizony magáért beszél.”

Az óráinkra pillantunk, közeledik a bírálás ideje, látjuk, hogy a pékek is kezdenek összesöpörni, feltornyozzák az edényeiket, letörlik a munkapadot, van, aki most lapátolja a kenyeret a kemencébe. Vajon mindannyian elkészülnek időben? Délután 3 órára végül mindhármuknak sikerült különböző kenyérfélék széles választékát kiállítani.

Greg Mistell, a céh igazgatója és a Pearl Pékség tulajdonosa bejelenti a zsűrizés megkezdését. A bírák bemutatása után a pékekhez sétál, és mond róluk néhány szót, beszél a szakmai hátterükről, majd ismerteti a kenyerüket az összegyűlt tömegnek. Az imént minden energiájukat kiadó pékek fáradtan takarítják a fülkéiket.

A bírák kirajzanak a fülkébe, próbára tenni, megvizsgálni, megfogni, lemérni és megkóstolni minden sütet kenyeret. A pontszámokat és benyomásaikat az irattartóra csíptetett papírlapra irogatják. Tom felemel egy baguette-et, majd körbeforgatja. Ezután leméri mind egyiket, és felírja a köztük levő súlykülönbséget. Lionel átlósan félbevág egy kenyeret, hogy megvizsgálja a lyukak szerkezetét. Rick felkapja a megvágott kenyeret, és beleszagol a kenyérbélbe, majd kicsíp egy darabot a cipó közepéről, és lassan rágni kezdi, körbeforgatva a falatot a szájában. Végül miután mindegyik sütet kenyeret

alaposan megvizsgálták, visszavonulnak a fülkék mögötti terembe, hogy összehasonlítsák a pontszámaikat.

Rövid tanácskozás után készen állnak az eredményhirdetésre. Greg elővarázsol egy borítékot, és drámaian felnyitja: Jan nyert, a tömeg pedig helyeslően éljenez. Hosszú nap volt, de Craig kicsit később elmondja, hogy a munka neheze – a felkészülés a párizsi Coupe de Monde-ra – csak most jön. A nyár folyamán megkezdődik a három kaliforniai csapattag felkészülése, Craig és más edzők vezetésével. Bár az anaheimi show remekül sikerült, a pékek messze nem készek még a párizsi versenyre.

„Itt nem az a lényeg, hogy győz vagy veszít-e az ember, hanem az, hogy a versenyhelyzet a legjobbat hozza ki a versenyzőkből – magyarázza később Tom MacMahon. – Azt hiszem, ez volt a legfontosabb élmény az egész Coupe de Monde kapcsán a céh számára. Nem arról szólt, hogy elhozzuk a kupát Amerikának, és ezáltal a hazafias vagy szakmai büszkeséget tápláljuk; sokkal inkább számított az, hogy közös erőfeszítésünkkel tettünk valamit azért, hogy ez a szakma több és jobb legyen az Egyesült Államokban, mi magunk pedig szembesültünk a nemzetközi elvárásokkal, és láttuk, milyen a sütési hagyományokról híres országok stílusa... Számunkra ez tényleg a kenyérről szól.

U.i.: Az Anaheimben összeválogatott csapat 1999 februárjában elhozta az Arany Kupát a párizsi Coupe de Monde-ról.

A BAGUETTE ELEMZÉSE

A kenyér zsúrizésének ötlete szokatlan elképzelés, ezért megkértem Craig Ponsfordot, a csapat edzőjét, és Tom McMahon, illetve Rick Kirkby bírakat, hogy amennyire tudják, mondják el, milyen gondolatok fordulnak meg a fejükben egy baguette értékelése közben.

– Először is – kezdi Tom –, nekem van egy szabályom, miszerint ami jól néz ki, az valószínűleg finom is... Soha nem láttam még olyat, hogy egy egyébként gyönyörűséges baguette rossz lett volna.

– Még mielőtt felválnám vagy megszagolnám – teszi hozzá Craig –, először csak a kezemben tartom, megnézem a színét és a füleket [a bemetszéseket], latolgatom a méretét. Éreznem kell. Kézbe kellennem, hogy érezzem a tapintását, hogy jól van-e megsütve.

Tom szerint a kenyéren ejtett bemetszések a leginkább árulkodóak.

– A vágás alatt a kenyér felületének meg kell feszülnie. Az ember még a síkérzsálakat is láthatja, ahogy ott keresztülnyúlnak. Amikor az ember azt látja, hogy a szálak a metszés irányába futnak, és sokáig nyúlnak, mielőtt megszakadnának, az általában jó jel. Ezen azt értem, hogy a kenyér jól lett dagasztva, kelesztve, és megfelelően kezelték készítés közben, mindezekből pedig az következik, hogy az íze is rendben lesz.

Ha megtörjük a kenyeret, a kenyérbél tulajdonságai – a színe, a lyukak és az



Craig Ponsford a kenyérbél szerkezetét (a lyukakat) és a színt vizsgálja

egész textúrája – legalább olyan döntő jelentőségűek, mint a külső megjelenés. A kenyérbélnek krémes sárgás-fehérnek kell lennie, nem piszkosfehérnek vagy szürkének. Craig a kenyérbél alapján dönti el, hogy a pék „rendesen bánt-e a lisztekkel”, és hogy „nem fakította-e ki a színt azzal, hogy túldagasztotta a tésztát”. Ezután ellenőrzi, hogy a lyukak mérete „megfelelő-e a baguette méretéhez képest”.

– A lyukak eloszlásának szabálytalannak kell lennie – magyarázza Tom –, legyenek nagyobb és kisebb lyukak is a tésztában, de a gyakorlott szemnek még ennél is fontosabb maga a lyukak kinézete. Olyan szép vékony, hártás falú lyukakat szeretnénk látni, melyeknél a siker vékonyra nyúlt ki. Áttetszőnek is kell lenniük; az embernek át kell tudnia látni rajtuk. Az a jó, ha sokáig nyúlnak, mielőtt elszakadnának, néha akár hajszálvékony réteg is maradhat a lyuk körül.

A felvágott kenyereket mindannyian alaposan megszagolgatják.

– Én a finom búzaillatot keresem – mondja Craig. – Az érzékelés közben kialakult illatokon is át kell érződnie. Chardonnay jellegű illatot keresek, hiszen az is összetett aroma, az ember mégis érzi rajta a gyümölcsöket.

Talán az íz a legnehezebben szavakba önthető jellemző.

– Egy baguette ízében – mondja Tom – majdnem hogy természetes édességet keres az ember, nem cukrosan édes ízeket.

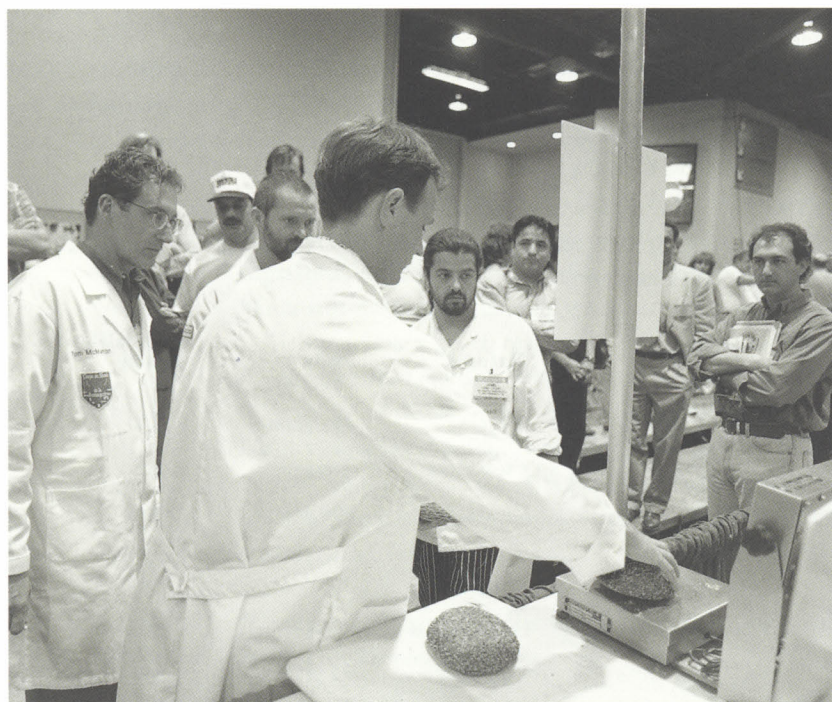
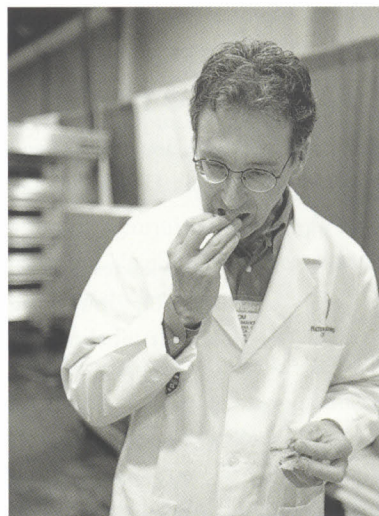
Rick először az édességet említi, de aztán hozzáteszi, hogy „néhány nagyon jól érlelt baguette íze enyhén almás és diós”.

– A héj íze együtt hat ezzel a bizonnyal – teszi még hozzá –, és ha rendszeren sütötték meg a baguette-et, és nem karamellizálódott túlságosan a héja, a megfelelő szintű karamellizáltságnak köszönhetően az aroma diós marad, de nem lesz keserű.

Az íz mellett a baguette lényege, hogy a falatot különleges érzés szájba venni.

– Lágy és kiadós, de ropogós a héja – magyarázza Rick. – Szerintem ez is befolyásolja a baguette ízét, pedig nem kifejezett az ízről van szó.

Nem kétséges, hogy a baguette jóval több alkotórészeinek érzékekkel felfogható minőségénél.



Legfelül, balról jobbra: A kenyér értékelése minden érzék bevetésével: Rick Kirkby az aromát vizsgálja; Lionel Vatinet belélegzi a kenyér illatos kipárolgását; Tom McMahon végre kóstol.

Fent: A bírák, McMahon (balra), Kirkby és Vatine figyelik, ahogy Ponsford a kész kenyereket méri.

A VERSENY IRÁNYELVEI

A verseny irányelvei szigorúan szabályozzák a rendelkezésre álló időt, de meglepően sokat bíznak a pék belátására. Mindegyik versenyzőnek öt különböző sütet kenyeret kell készítenie pontosan hét óra alatt, reggel 7-től délután 3-ig. Az első sütet a baguette, melynek 10 kg liszt és élesztős kovász (egyfajta folyékony előtészta) felhasználásával kell készülnie, az egyes baguette-eknek pedig 250 grammosnak kell lenniük. A második, harmadik és negyedik sütethez bármilyen hagyományos kenyérféle választható, de többféle lisztet is kell használni, és fontos, hogy a végeredmény 10 darab, egyenként 400 grammos kenyér legyen. Az ötödik sütetet nevezik a „pék szeszélyének”, ugyanis semmiféle megkötés nincs a formát, a da-rabsúlyt vagy a készítést illetően, de összességében maximum 4 kg lehet a végeredmény. Mindegyik kenyérfélét három fős bizottság értékeli súly, térfogat, íz és kinézet alapján. A megmérettetés igen komoly, de a pékek már hetekkel előtte el-kezdenek készülni és gyakorolni.

Az USA versenycsapatának édes tésztája

- 900 gramm tésztához, ami elég 12 kenyérsüveghez, 2 fahéjas majomkenyérhez, vagy 2 fahéjas-mazsolás-diós kenyérhez
- Elkészítési idő: legalább 11 óra, ebből körülbelül 15 perc a tényleges munka

Ez az ízletes édes tésztá nagyon hasonló a kuglóf tésztájához (193. oldal), de kicsit még annál is dússabb. Ugyanúgy négy lépcsőben dagasztjuk, ami talán unalmas tevékenység, de ennek köszönheti a kenyér pihekönnyűségét, finom morzsáját, lágy, sárga belét, és azt, hogy hihetetlenül magasra kel a sütés közben. Ízén erőteljesen érezhetőek a hosszú, hideg érlelés hatásai. Az eredeti recept élesztős előtészta is előír, de Glenn Mitchell, az egyik csapattag tanácsa szerint ezt kihagytam, és inkább hosszabban hűtöm a tésztát.

A kétszakaszos kenyérsütés – először begyúrjuk a tésztát, majd lehűtjük, és csak egy-két nap múlva fejezzük be – nagyon kényelmes. Én szeretem este, vacsora után begyúrni a tésztát, hogy aztán másnap késő délután vagy este süssem csak meg. Így este már úgy süthetem a kenyeret, hogy a dolog macerás részével, vagyis a hozzávalók összegyűjtésével és a tésztagyúrással nem kell foglalkoznom.

Ha a tésztá teljesen megérett, felhasználhatjuk a kedvenc receptünkben, vagy kipróbálhatjuk a későbbiekben leírt három ízletes kenyérféle egyikét. A lehetőségek: az USA versenycsapatának kenyérsüvege, a Macrina fahéjas majomkenyere, és az Acme fahéjas-mazsolás-diós kenyere.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE Elkészítjük a tésztát, majd 8 órára, de akár 2 napra is a hűtőbe tesszük. Hagyjuk, hogy 2 óra alatt felmelegedjen szoba-hőmérsékletűre. A kiválasztott recept szerint megformáljuk, megöltjük és megsütjük a kenyeret.

	Tészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
LEGALÁBB 8 ÓRÁVAL, DE AKÁR 2 NAPPAL A SÜTÉS ELŐTT A TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Bármilyen tej	½ csésze	125 gramm	31%
	Porélesztő	2 teáskanál	6 gramm	1,6%
	Fehérítetlen univerzális liszt	2⅔ csésze	400 gramm	100%
	Tojás	3 nagy		35%
	Asztali só	1½ teáskanál	8 gramm	2%
	Kristálycukor	6 evőkanál	75 gramm	18%
	Sózatlan vaj, puhán, ha kézzel vagy álló mixerrel gyúrunk, hűtve, ha konyhai robotgépben	½ csésze	116 gramm	29%
	Mazsola (ha a fahéjas-mazsolás-diós kenyeret készítjük a 231. oldalról)	1½ csésze	160 gramm	40%

A tejet magas hőfokra állított mikrohullámú sütőben 1 perc alatt megmelegítjük, vagy kis lábosban a tűzhelyre tesszük, míg az edény pereménél buborékok kezdenek formálódni, a tej gőzölög, és az illatán is érezni, hogy felforrt. Hagyjuk kihűlni 41-46 °C-osra – ez nagyjából a kellemesen forró fürdő melegének felel meg. (Azzal, hogy felforraljuk a tejet, denaturáljuk benne a fehérjét, melyek megtámadnák a sikért; ha kihagyjuk ezt a lépést, a sütemény textúrája durvább és tömörebb lesz.) Az élesztőt a meleg tejbe szórjuk, és 5-10 percig állni hagyjuk.

kézzel: A lisztet nagy tálba öntjük, majd hozzáadjuk az élesztős keveréket és a tojásokat. Fakanállal vagy a kezünkkel alaposan elkeverjük a tésztát. A tálát szorosan lefedjük folpackkal, és 15-20 percig pihenni hagyjuk (autolízis).

A sót a tésztához adjuk, és még a tálban összegyúrjuk vele. Kiborítjuk a tésztát a tálból, és 5-10 percig gyúrjuk, míg sima és erős nem lesz. Először szemcsésnek fogjuk érezni a só miatt, de az hamar fel fog szívódni. Hozzáadjuk a cukor felét, és ezúttal is addig dagasztjuk a tésztát, míg a cukor fel nem szívódik benne; hozzáadjuk a maradék cukrot, és tovább gyúrjuk a tésztát, míg sikerül teljesen eldolgozni benne a cukrot, a tészta pedig nagyon sima lesz. Végül 2 részletben hozzáadjuk a vajat is, és a tésztához gyúrjuk, míg az selymesen fényes és lágy nem lesz.

álló mixerrel: A lisztet a gép táljába öntjük, majd hozzáadjuk az élesztős keveréket és a tojásokat. A tésztát alaposan elkeverjük. A tálát szorosan lefedjük folpackkal, majd 15-20 percig pihenni hagyjuk.

A tésztához adjuk a sót, és a tésztadagasztó karral alacsony fokozaton körülbelül 3 perc alatt simára dagasztjuk a tésztát. Ez lágy tészta, ezért ne várjuk, hogy letisztítsa a tál falát. Hozzáadjuk 2 részletben a cukrot, majd 2 részletben a vajat is, minden alkalommal teljesen eldolgozva a cukrot, illetve a vajat a következő adag hozzáadása előtt. Addig dagasztjuk a tésztát, míg az selymesen fényes és lágy nem lesz.

konyhai robotgéppel: A lisztet és a sót az acélpengével felszerelt gép táljába tesszük, és pulzáló fokozatra kapcsolva összekeverjük. Levesszük a tál fedelét, és a lisztet adjuk az élesztős keveréket és a tojásokat. Addig dolgozzuk a géppel a tésztát, míg sima labdává nem áll össze, és a tál gőzölni kezd. Ekkor kivesszük a tésztát a tálból, és kézzel átggyúrjuk, hogy kihűljön és eloszoljon benne a hő. A tészta meglehetősen merevnek fog tűnni, amikor kihűlt. Visszatesszük a tálba, és 30 másodpercig dagasztjuk, majd megint kivesszük, és kézzel gyúrjuk át, hogy kihűljön. Ezeket a lépéseket kétszer-háromszor megismételjük, míg a tészta nagyon sima és erős nem lesz. Visszatesszük a tésztát a tálba.

Bekapcsoljuk a gépet, majd lassan hozzáadjuk a cukrot a fedő adagolónyílásán keresztül, és addig dagasztjuk a tésztát, míg a cukor felszívódik benne, a tészta pedig simává válik. Ekkor nagyon ragadós még a tészta. Kivesszük a tálból, és kézzel átggyúrjuk, hogy kihűljön, majd visszatesszük a tálba. A vajat falatnyi darabokra vágjuk, és a felét a tálba tesszük. Körülbelül 30 másodpercig dagasztjuk a tésztát, hogy eldolgozzuk benne a vajat. Ha a tészta nagyon felmelegsik, vegyük ki és gyúrjuk át megint, hogy kihűljön. Hozzáadjuk a maradék vajat is, és körülbelül 30 másodpercig dagasztjuk a géppel, hogy összedolgozzuk a tésztával. A tésztának nagyon simának, hajlékonynak és selymesnek kell lennie.

A MAZSOLA HOZZÁADÁSA

Ha az Acme fahéjas-mazsolás-diós kenyerét készítjük, gyúrjuk az édes tésztához a mazsolát úgy, hogy rendesen elkeveredjen benne.

A TÉSZTA ELSŐ KELESZTÉSE

A tésztát olyan edénybe tesszük, melynek térfogata legalább háromszorosa a tészta méretének, szorosan lefedjük folpackkal – vagy miután megforgattuk lisztben, nagy műanyag zacskóba tesszük, amit gondosan lezárunk. Legalább 8 órára, de akár 2 napig is a hűtőben tárolhatjuk. Mielőtt megformálnánk, hagyjuk, hogy 2 óra alatt szoba-hőmérsékletűre melegedjen.

A következő két oldalon: Három édes kenyérféle ugyanabból a tésztából: Az Acme fahéjas-mazsolás-diós kenyere (231. oldal), a Macrina fahéjas majomkenyere (230. oldal), és az USA versenycsapatának kenyérsüvege (228. oldal)





Az USA versenycsapatának kenyérsüvege

- 12 darabhoz
- Elkészítési idő: ha a tészta már érett, körülbelül 5 óra, ebből körülbelül 30 perc a tényleges munka

Glenn Mitchell ezt a receptet a versenyre fejlesztette ki, és nagyon sokat dolgozott rajta, ennek megfelelően a végeredmény nagyon különleges lett. A kövér, könnyű zsemlek tésztája cseresznyepálinkába áztatott cseresznyével és csokoládédarabokkal van gazdagítva, a tetejére pedig közvetlenül sütés előtt cukros aprósütemény kerül, ami ropogós kis süveggé sül – innen a név. A süteményeket sütés előtt fagyasztjuk, hogy ne repedjenek meg, ahogy a zsemlek nőnek.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE Míg a tészta hűl, a cseresznyét legalább 6 órára beáztatjuk. A sütés napján kivesszük a tésztát a hűtőből, hogy felmelegedjen és befejeződjön az érése. Kinyújtjuk az aprósütemény tésztáját, és kis korongokat szaggatunk belőle. A korongokat legalább 1 órára fagyasztóba tesszük. A cseresznyét és a csokoládédarabokat a tésztához gyúrjuk, zsemleket formálunk belőle, és 1-2 órán át kelni hagyjuk. Egy-egy süteménykorongot helyezünk a megkelt zsemlekre, és azokat 35 percig sütjük.

	Áztatott cseresznye	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA VAGY ELŐESTÉJE A CSERESZNYE BEÁZTATÁSA	Szárított cseresznye	⅔ csésze	85 gramm	21%
	Cseresznyepálinka	1 evőkanál	15 gramm	4%

Durvára aprítjuk a cseresznyét, és kis tárolóedényben összekeverjük a cseresznyepálinkával. Lefedjük az edényt, és a cseresznyét 6-12 órán át szobahőmérsékleten ázni hagyjuk.

	Cukros süteménytészta	Térfogat	Súly	Százalékos arány
AZ APRÓ-SÜTEMÉNY-TÉSZTA ELKÉSZÍTÉSE	Sózatlan, puha vaj	¼ csésze	60 gramm	50%
	Kristálycukor	⅓ csésze	60 gramm	50%
	Tojássárgája	2 nagy		28%
	Fehérítetlen univerzális liszt	¾ csésze	115 gramm	100%

A puha vajat kis tálban 5 perc alatt kikeverjük a cukorral, hogy könnyű és habos legyen. Hozzáadjuk a tojássárgáját, majd belekeverjük a lisztet. A tésztát 1,3 cm vastag darabbá paskoljuk, alaposan beburkoljuk folpackkal. Használatig lefagyasztjuk.

	A tészta és összeállítása	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA AZ APRÓSÜTE- MÉNY KIVÁGÁSA ÉS LEFAGYASZTÁSA	Hűtött aprósütemény-tészta			63%
	Teljesen érett édes tészta (224. oldal), szoba-hőmérsékletűre felengedve			
	Csokoládédarabok	szűk ½ csésze	85 gramm	21%
	Áztatott cseresznye			
	Felvert tojás	I nagy		
	Kakaópor a díszítéshez			

Kivesszük a süteménytészta a hűtőből, és 30 percig hagyjuk felmelegedni.

Alaposan belisztezett munkalapon, jól belisztezett sodrófával nagyon vékony lappá nyújtjuk a tésztát. 7,5 cm átmérőjű süteményszaggatóval (vagy üres tonhalkonzerv-dobozzal) nagy korongokat vágunk ki belőle. A korongokat sütőpapírral bélelt süteményestepsire tesszük, és a zsemlék sütéséig lefagyasztjuk. Addigra keményre kell fagyniuk.

A ZSEMLÉK FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZ- TÉSE

Kibélelünk egy 46 × 34 centis tepsit sütőpapírral, vagy alaposan kivajazzuk. A tészta tetejét és a munkalapot megszórjuk kevés liszttel. Kiborítjuk rá a tésztát, és belisztezzük ezt a felét is. Vékony lappá nyújtjuk, rászórjuk a beáztatott cseresznyét és a csokoládédarabokat, és a tésztát szoros hengerre tekerjük fel. A henger végeit a közepére hajtjuk, szétlapítjuk az egészet, majd hosszában félbehajtjuk, hogy keskenyebb csíkot kapjunk, aztán azt is lelapítjuk. (A hajtogatásnak köszönhetően a gyümölcs és a csokoládé jobban eloszlik a tésztában.)

A hengert 12 egyforma, egyenként 70 grammos darabra vágjuk. Meghintjük őket egy kevés liszttel, majd a belisztezett munkalapon könnyedén összegömbölyítjük. A tészta nagyon ragadós, és gömbölyítés közben a munkalaphoz tapad, de a kezünkhöz nem szabad hozzáragadnia. Lefedjük a darabokat folpackkal, és 15 percig pihentetjük. A porciókat feszes, szabályosan kerek zsemlékké formáljuk (47. oldal), és elrendezzük az előkészített tepsiben. Lazán lefedjük folpackkal, és 1-2 órán át kelni hagyjuk a zsemléket, míg jól meglágyulnak, a méretük megduplázódik, és a faluk csak lassan ugrik vissza, ha belisztezett ujjunkkal enyhén benyomjuk.

A SÜTŐ ELŐ- MELEGÍTÉSE

Körülbelül 30 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, rácsot helyezünk a sütő második sínjére, a többi rácsot kivesszük. A sütőt 160 fokra előmelegítjük.

A ZSEMLÉK SÜTÉSE

Kivesszük a süteménykorongokat a fagyasztóból. Alaposan bekenjük mindegyik zsemlét a felvert tojással, majd egy-egy fagyott süteménykorongot helyezünk a tetejükre, és kicsit rányomjuk őket. Mindegyik korongot megkenjük kevés tojással. A kenyérsüvegeket 30-35 perc alatt mindenütt szép barnára sütjük, a sütés félidejénél elforgatva a tepsit. Ha készen vannak, rácson hagyjuk kihűlni. Tálalás előtt díszítésként kevés kakaóport szitálunk rájuk.

A Macrina fahéjas majomkenyere

- Két 23 × 13 centis formakenyérhez
- Elkészítési idő: ha a tészta már érett, körülbelül 3½ óra, ebből nagyjából 10 perc a tényleges munka

A Macrina Pékség & Kávézó (Macrina Bakery & Café) olyan kicsi kézműves pékség Seattle-ben, amelyet én is szívesen látnék a környékünkön. Egyszer a pékség kellemesen felújított, kávépulttal kiegészített, és házias péksütemények remek választékával ellátott kis kávézójában reggeliztem. A remek kávé jókora bögrében szolgálták fel, mellé pedig ezt a bonyolultnak tűnő (de könnyen elkészíthető) édes kenyeret kóstoltam meg. Bár majomkenyér a neve, nem esik szét, épp ellenkezőleg – ha felszeleteljük, az almavaj és fahéjas cukor örvénylő, vastag csíkjai tárulnak elénk. Leslie Mackie, a pékség alapítója így ír róla: „Az ízletes almás-fahéjas bevonat a legélvezetesebb benne. Az alma az egyik fő termény itt Washingtonban, ezért természetesnek tűnt, hogy kombináljuk a fahéjas cukorral. Ez a pékárú nagyon népszerű reggeli a Macrinában egy csésze gőzölgő kávé mellé fogyasztva.”

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE Megformáljuk és megtöltjük az érett édes tésztát, 2-3 órán át kelni hagyjuk, majd megkenjük a felvert tojással, és körülbelül 45 percig sütjük.

A SÜTÉS NAPJA A KENYÉR FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

A tészta és a töltelék	Térfogat	Súly	Százalékos arány
Barna cukor	bő ½ csésze	100 gramm	25%
Kristálycukor	½ csésze	100 gramm	25%
Fahéj	1 evőkanál	7 gramm	2%
Szerecsendió	½ teáskanál		0,3%
Teljesen érett édes tészta (224. oldal), szoba-hőmérsékletűre felengedve			
Almavaj	1 csésze	290 gramm	73%
Sózatlan olvasztott vaj	¼ csésze	60 gramm	15%
Felvert tojás	1 nagy		
Szezámrag	1 evőkanál	10 gramm	2%

Kivajazunk két 23 × 13 centis tepsit, majd kibéleljük egy-egy 30 × 23 centis sütőpapírdarabbal, a 13 centis oldalon fedetlenül hagyva a falakat.

Kis tálban összekeverjük a cukrot és a fűszereket. Az érett tésztát 46 × 26 centis, körülbelül 1 cm vastag téglalappá nyújtjuk. Egyenletes rétegben megkenjük almavajjal, meghintjük az olvasztott vajjal, majd rászörjük a fűszeres-cukros keveréket.

Feltekerjük a tészta mindkét hosszú oldalát, hogy középen találkozzanak, így nagyon hosszú, dupla tekercset kapunk. A tészta nagyon vastag, ezért csak egyszer fogjuk tudni feltekerni. A tésztát megfordítjuk, hogy az illesztés lefelé nézzen, és keresztben félbevágjuk. Így két 23 cm hosszú darabot kapunk. A tészta teteje vissza fog húzódní, amikor belevágunk, így láthatóvá válik a töltelék. A darabokat illesztéssel lefelé az előkészített tepsikbe tesszük, alaposan befedjük folpackkal, majd 2-3 órán át kelni hagyjuk, míg a tészta felnő a tepszi széléig.

A SÜTŐ ELŐ- MELEGÍTÉSE

Körülbelül 30 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, rácsot helyezünk a sütő legalsó sínjére, a többit kivesszük. A sütőt előmelegítjük 160 °C-ra.

A KENYÉR SÜTÉSE

A kenyerek tetejét megkenjük a felvert tojással, és megszórjuk szezámmaggal. A sütés félidejénél elfordítjuk a tepsiket, és 40-45 perc alatt szép barnára sütjük a vekniket. Ha elkészültek, 10 percig hűlni hagyjuk, majd rögtön rácsra tesszük, ha szükséges, spatulát is használhatunk a kiszedéshez. (Ne hagyjuk, hogy a kenyér a tepsiben hűljön ki, mert akkor a cukor megszilárdul, és így az egész oda ragad.) A kenyerek megrepednek, és úgy tűnik, mintha össze akarnának esni, amikor kivesszük a tepsiből, de aggodalomra semmi ok, így kell kinézniük.

K E Z D Ő K N E K

Az Acme fahéjas-mazsolás-diós kenye

- Két 21,5 × 11,5 centis formakenyérhez
- Elkészítési idő: a dagasztástól a kész kenyérig nagyjából 12½ óra, ebből körülbelül 20 perc a tényleges munka

Ez a pompás kenyér az Acme 1-es részlegében készül (lásd a 37. oldalon), ahol szemtanúja voltam, hogy szinte minden vásárló visz belőle egyet. Ez már valódi majomkenyér, a mazsolával gazdagított tésztaabdákat az ízletes, dióval pettyezett fahéjas-karamellás máz ragasztja össze.

A RECEPT ÁTTEKINTÉSE A sütés napján 1-2 órát hagyunk a tésztának, hogy felmelegedjen, és teljesen megérjen. A tésztát kisebb darabokra vágjuk, mindegyiket bevonjuk fahéjas cukorral, majd még több fahéjas cukorral és dióval rétegezve egymásra halmozzuk a porciókat a kenyérsütő formákban. A kenye ret 1-2 órán át kelni hagyjuk. Körülbelül 40 percig sütjük, majd 10 perc hűlés után kivesszük a formából.

	Tészta és töltelék	Térfogat	Súly	Százalékos arány
A SÜTÉS NAPJA	Teljesen érett édes tészta (224. oldal), szoba-hőmérsékletűre felengedve			
	Kristálycukor	1½ csésze	320 gramm	80%
	Fahéj	3 evőkanál	23 gramm	6%
	Dióbél	1⅓ csésze	140 gramm	35%

folytatás a következő oldalon

A TÉSZTA FORMÁLÁSA ÉS MÁSODIK KELESZTÉSE

Kivajazunk két $21,5 \times 11,5$ centis sütőformát, majd kibéleljük egy-egy $30,5 \times 21,5$ centis sütőpapírdarabbal, a $11,5$ centis oldalak falát szabadon hagyva. Kis tálban összekeverjük a cukrot és a fahéjat, majd a kezünk ügyébe készítünk egy tál vizet.

A tésztát téglalap alakúvá lapítjuk. Hengerformára tekerjük, majd a hengert hosszú kígyóvá sodorjuk, és 32 egyforma darabra vágjuk. Mindegyik darabot összegömbölyítjük (*47. oldal*), de akár szögletes daraboknak is meghagyhatjuk.

Mindegyik darabot megmártjuk a vízben, majd bevonjuk a fahéja cukorral. Mindkét sütőformát kibéleljük 8 tésztadarabbal, majd megszórjuk $2-2$ evőkanál fahéjas cukorral. Megszórjuk a tésztát dióval, egyenletesen elosztva az adagot a két forma között, és a dióbeleket a tésztadarabok közé nyomkodjuk. Mindkét formát megszórjuk újabb adag evőkanál fahéjas cukorral. A megmaradt, fahéjas cukorral bevont tésztadarabokat az előző rétegre tesszük, és kicsit lenyomkodjuk, hogy összetapadjanak.

Szorosan lefedjük a formákat folpackkal, majd $1-2$ órán át kelni hagyjuk a tésztát, míg a sütőforma széle fölé púposodik.

A SÜTŐ ELŐMELEGÍTÉSE

Körülbelül 30 perccel azelőtt, hogy a tészta teljesen megkelne, rácsot helyezünk a sütő legalsó sínjére, a többiit kivesszük. A sütőt előmelegítjük 160 °C-ra.

A KENYÉR SÜTÉSE

A kenyereket $35-40$ percig sütjük, míg mindenütt szép barnára nem pirulnak. A sütés félidejénél elforgatjuk a tepsiket. Ha elkészültek a kenyerek, 10 percig hűlni hagyjuk, majd kifordítjuk a tepsikből, és rácsra téve hagyjuk teljesen kihűlni. (Ne hagyjuk, hogy a kenyér a sütőformában hűljön ki, különben a cukor megkeményedik, és lehetetlen lesz kivenni anélkül, hogy újramelegítenénk.) A vekniket fejjel lefelé fordítva tálaljuk.



FORRÁSOK

Az alábbi lista olyan címeket tartalmaz, ahonnan a különböző eszközöket és hozzávalókat szerezheti be az olvasó. Nem soroltam fel minden lehetőséget, inkább csak az általam is ismert beszállítók elérhetőségeit teszem közzé. Először célszerű katalógust kérni, érdeklődni az aktuális árak, illetve a szállítási díjak felől. Talán fölösleges luxusnak tűnhet postán rendelni a lisztet a szállítási költségek miatt, de a végső ár általában nem több mint a duplája a boltinak, vagyis így is fillérekben mérhető az egy veknihez elhasznált liszt költsége. Ráadásul ha 50 fontos (kicsit több, mint 22 kg) kiszerelésben rendeli meg valaki, mert gyakran süt ott-hon, vagy el tudja felezni egy vagy két ismerősével az adagot, úgy már igazán megéri.



Joe Generoso a Royal Crown Bakeries-ből

Diasztatikus árpamalátá; durumliszt; teljes ki-
őrlésű fehér búzaliszt; 11,5%-os fehérjetartal-
mú fehér liszt (King Arthur univerzális liszt);
ozmotoleráns porélesztő (SAF Gold); kony-
hai mérlegek; tésztakaparók; sütőkövek és
minden elképzelhető eszköz és hozzávaló,
ami a sütéshez szükséges:

The Baker'S Catalogue
P.O. Box 876
Norwich, VT 05055-0876
(800) 827-6836
www.kingarthurfLOUR.com

Hudson Cream fehér búzaliszt:

Stafford County Flour Mills
P.O. Box 7, Church Street
Hudson, KS 67545
(800) 530-5640
www.staffordcountyflourmills.com

Rhode Island-i indián kukoricából
őrlött liszt málélepenyhez:

Kenyon's Grist Mill
Usquepaugh, West Kingston, RI 02892
(401) 783-4054
www.kenyonsgristmill.com

Kiváló minőségű, szokványos és biolisztek
széles választéka *csak szakmabelieknek:*

Cook Natural Products
2109 Frederick Street
Oakland, Ca 94606
(510) 534-2665
www.cooknaturally.com

Kiváló minőségű, szokványos és biolisztok széles választéka *csak szakmabelieknek*:

Giusto's Specialty Foods, Inc.
344 Littlefield Avenue
South Francisco, CA 94080
(650) 873-6566
www.guistos.com

Hihetetlenül friss, mennoniták által természetes téli búzából őrölt bio fehér liszt; 11%-os fehérjetartalmú fehér liszt; és mindenféle teljes kiőrlésű búza-, illetve egyéb gabonatermék, beleértve a szabvány durumlisztet és a Golden Buffalót (korpás búzalisztfajta); mindez kettőtől ötven fontosig (kb. 1-22 kg) terjedő kiszereelésben, egyenesen a malomból:

Heartland Mill
Route 1, Box 2
Marienthal, KS 67863
(800) 232-8533
(620) 379-4472
www.hertlandmill.com

85%-os kiőrlésű bio (búza)liszt (csak 50 fontos [kb. 22 kg] kiszereelésű zsákokban) – Alpine; teljes kiőrlésű liszt kemény, vörös téli biobúzából – Frontier; 10,3%-os fehérjetartalmú fehér liszt kemény, vörös téli biobúzából – Aspen; és 12%-os fehérjetartalmú fehér liszt kemény, vörös téli biobúzából – Columbine:

Rocky Mountain Flour Milling
(Sziklás-hegység Malomüzem)
P.O. Box 1110
Platteville, CO 80651
(970) 785-2794
www.bsm.com/rockymountainmilling

Finom rozsdara (sötét rozsliszt), rozsdara és rozstört:

Bob's Red Mill Natural Foods, Inc.
5209 S.E. International Way
Milwaukie, OR 97222
(800) 349-2173
www.bobsredmill.com

Kiváló, szuperérett Kalamata olajbogyó (a „nagy Kalamatát” kell kérni), fantasztikus kézműves kenyérfélék és sütemények, illetve egyéb ritka és különleges élelmiszerek:

Zingerman's
422 Detroit Street
Ann Arbor, MI 48104
(888) 636-8162
www.zingermans.com

Különböző szélességű lenruhák, fordítódeszkák, illetve francia és német kelesztőkosarak széles választéka:

F.B.M. Baking Machines
R.D. 3/Box 799
Cranbury, NJ 08512
(800) 449-0433
www.fbmbakingmachines.com

Mérőkanalak, illetve más eszközök és evőeszközök:

Professional Cutlery Direct
242 Branford Road
North Branford, CT 06471
(800) 859-6994
www.cutlery.com

Általános sütőeszközök, illetve különböző formák és tepsik széles választéka:

Sur la Table
1765 Sixth Avenue South
Seattle, WA 98134-1608
(800) 243-0852
www.surlatable.com

Általános sütőeszközök, illetve különböző formák és tepsik széles választéka:

Williams-Sonoma
P.O. Box 7456
San Francisco, CA 94120-7456
(800) 541-2233
www.williams-sonoma.com

C Í M E K

Az alábbiakban a könyvben megemlített összes intézmény címét közlöm. Bár a bemutatot-
takon kívül sok olyan péket ismerek még, akikről szívesen ejtettem volna szót, de a határ-
idő és a terjedelemre vonatkozó korlátozások ezt nem tették lehetővé. Aki kézműves pé-
kek, felszerelések és alapanyagok beszállítói, iskolák és sütőtanfolyamok részletesebb
listáját szeretné böngészni, érdeklődjön az Amerikai Pékek Céhénél (címet lásd alább).

The Acme Bread Company
(Acme Kenyársütő Vállalat)
2730 Ninth Street
Berkeley, CA 94710
(510) 843-2978

Artisan Bakers
(Kézműves Pékek)
750 West Napa Street
Sonoma, CA 95476
(707) 939-1765
www.artisanbakers.com

Bread Bakers Guild of America
(Amerikai Pékek Céhe)
3203 Maryland Avenue
North Versailles, PA 15137
(412) 823-2080
www.bbga.org

Bruno Bakery
(Bruno Pékség)
1650 Hylan Boulevard
Staten Island, NY 10305
(718) 987-5859
és
506 LaGuardia Place
New York, NY 10012
(212) 982-5854

Della Fattoria Downtown
(Belvárosi Della Fattoria)
141 Petaluma Boulevard North
Petaluma, CA 94952
(707) 763-0161

The Essential Baking Company
(Essential Sütőipari Vállalat)
2719 E. Madison Street
Seattle, WA 98112
(206) 328-0078
www.essentialbaking.com

Farm to Market Bread Company
(„Tányáról a Piacra” Kenyársütő
Vállalat)
216 West 73rd Street
Kansas City, MO 64114
(816) 363-3198

Gemelli
2001. szeptember 11-én megsemmi-
sült, de tervezik az újraépítését.
További információ: Tony May, San
Domenico.
(212) 265-5959

Gray's Grist Mill, Inc.
(Gray Malom)
P. O. Box 364
Adamsville, RI 02801
(508) 636-6075
www.graysgristmill.com

The Hi-Rise Bread Company
(Hi-Rise Kenyársütő Vállalat)
208 Concord Avenue
Cambridge, MA 02138
(617) 876-8766

Kossar's Bialystoker Kuchen
(A Kossar bialystoki süteménye)
367 Grand Street
New York, NY 10002
877-4-BIALYS
www.kossarsbialys.com

La Farm Bakery
(La Farm Pékség)
Preston Corners
4248 Northwest Cary Parkway
Cary, NC 27513
(919) 657-0657
www.lafarmbakery.com

Macrina Bakey & Café
(Macrina Pékség & Kávézó)
2408 First Avenue
Seattle WA 98121
(206) 448-4032
és
615 West McGraw Street
Seattle, WA 98119
(206) 283-5900

Mennonita Heritage Museum
(Mennonita Örökség Múzeuma)
Box 231
Goessel, KS 67053
(316) 267-8200

Pearl Bakery, Inc.
(Pearl Pékség)
102 Northwest Ninth Avenue
Portland, OR 97209
(503) 827-0910
www.pearlbakery.com

Rocky Mountain Flour Milling
(Sziklás-hegység Malomüzem)
P. O. Box 1110
Platteville, CO 80651
(970) 785-2794
www.bsm.com/rockymountainmilling

Royal Crown Bakery
(Royal Crown Pékség)
6308 14th Avenue
Brooklyn, NY 11219
(718) 234-3208
és
6512 14th Avenue
Brooklyn, NY 11219
(718) 234-1002
és
1350 Hylan Boulevard
Staten Island, NY 10304
(718) 668-0284
és
Pane Antico
9124 Third Avenue
Brooklyn, NY 11209
(718) 680-2347

Russ & Daughters
(Russ & Lánya)
179 E. Houston Street
New York, NY 10002
(212) 475-4880
www.russanddaughters.com

San Francisco Baking Institute
(San Franciscó-i Sütőipari Intézet)
480 Grandview Avenue
South San Francisco, CA 94080
(650) 589-5784
www.sfbf.com

Sullivan Street Bakery
(Sullivan Street Pékség)
73 Sullivan Street
New York, NY 10012
(212) 334-9435
www.sullivanstreetbakery.com
és
533 West 47th Street
New York, NY 10036
(212) 265-5580

Tom Cat Bakery
(Tom Cat Pékség)
43-05 Tenth Street
Long Island City, NY 11101
(718) 786-7659
www.tomcat-bakery.com

WheatFields bakery/café
(Búzamező Pékség/Kávézó)
904 Vermont Street
Lawrence, KS 66044
(785) 841-5553
www.wheatfieldsbakery.com

Whole Foods Bakehouse
Dutch Regale Bakery
(Dutch Regale Pékség)
5531 East University
Dallas, TX 75206
(214) 369-0079

MÉG TÖBB OLASZ TÉGLAKEMENCÉS PÉKSÉG

Van néhány pékség a keleti parton, akik még ma is régi téglakemencéjüket használják, fával, szénnel vagy olajjal tüzelnek bennük – és remek kenyereket sütnek, ezért egy igazi kenyérrajongónak megéri kitérőt tenni feléjük.

Philadelphia, Pennsylvania állam:
Cacia Bakery
(Cacia Pékség)
1526 Ritner Street
Philadelphia, PA 19145
(215) 334-1340

Faragalli's Bakery
(Faragalli Péksége)
1400 South 13th Street
Philadelphia, PA 19147
(215) 468-5197

Lanci's Bakery
(Lanci Péksége)
1716 Jackson Street
Philadelphia, PA 19145
(215) 336-2664

Newark, New Jersey állam:
Original S. Giordano Bakery, Inc.
(Eredeti S. Giordano Pékség)
(Itt vásárolta Frank Sinatra a panelléjét.)
33 7th Avenue
Newark, NJ 07104
(973) 483-1579
és
90 Franklin Street
Belleville, NJ 07109
(973) 751-9704

Hoboken, New Jersey állam:
Dom's Bakery Grand
(Dom Grand Péksége)
506 Grand Street
Hoboken, NJ 07030
(201) 653-1948

Marie's Bakery and Policastro Breads
(Marie Péksége és Policastro Kenyerek)
261 2nd Street
Hoboken, NJ 07030
(201) 963-4281

Antique Bakery
(Antik Pékség)
122 Willow Avenue
Hoboken, NJ 07030
(201) 714-9323

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

AZ EGYIK LEGÖRÖMTELIBB DOLOG E KÖNYV MEGÍRÁSÁBAN AZ VOLT, HOGY BEMUTATHATTAM AZOKAT A PÉKEKET, akik foglalkoztak velem és szenvedélyemmel, megnyitották előttem pékségeik kapuját, újra és újra hajlandók voltak a kenyérről beszélni velem. Remélem, mindezt legalább egy kicsit sikerült meghálálnom nekik.

Persze sokan vannak még, akiknek köszönetet kell mondanom. Évekkel ezelőtt Ron Wirtz, az Amerikai Sütőipari Intézet információs és távoktatási igazgatóhelyettese mutatta meg nekem Raymond Calvel professzor írásait, és ezzel elindított hosszú utamon. Tom McMahon (az ő szavával élve) „anyáskodó” kenyér és a kézműves kenyérsütés iránti szenvedélyes elkötelezettsége nélkül ez a könyv egészen egyszerűen nem született volna meg. Raymond Calvel professzor egyszerre volt múzsám és támaszom a sütésben, nagylelkű barát, aki távolról is mentoromként segítette munkámat. Greg Mistell, aki Tom helyét foglalta el az Amerikai Pékek Céhének élén, kezdettől fogva nagy lelkesedéssel viszonyult a könyvhöz, és hihetetlenül nagylelkűen bocsátotta rendelkezésemre a céh erőforrásait. Gina Piccolino, a céh valódi elnöke kötelessége teljesítésének határain túlmenően is sokat segített, folyamatosan élveztem támogatását, ráadásul mindig remek pletykákkal szolgált. Didier Rosada, aki megkérdőjelezhetetlen tekintély minden kenyérrel kapcsolatos ügyben, átolvasta és kijavította a kézirat egyes részeit, ráadásul egy rögtönzött óra kedvéért iskolája, a San Franciscó-i Sütőipari Intézet kapuit is megnyitotta előttem.

Köszönöm Anna Nurse-nek, Annie Coppsnak, George Greensteinnek, Maya Kaimalnak, Jill Van Cleave-nek, Myra Chaninnak és Ken Ayvaziannak, hogy a könyvben szereplő pékségek közül néhány elé ők írták meg a bevezetőt.

Amy Albert hű barát, nagyszerű szerkesztő és rendületlen támogatóm. Susasn Puckett remek barátként elrángatott a ponyvaregények mellől, és azóta is sokszor adott lehetőséget a megjelenésre az *Atlanta Journal-Constitution*-ben.

P. J. Hamel, illetve Brinna és Frank Sands a King Arthur Flourtól talán a legnagyobb szerű emberek, akikkel a sütőiparban valaha is összehozott a sors. Amellett,

hogy szenvedélyesen érdekli őket minden, aminek köze van a kézműves kenyérsütéshez, mindhárman lenyűgöző, kedves és törődő emberek. Nagyon hálás vagyok, hogy útjaink keresztezték egymást.

Köszönöm, Lora Brody: kerítői tehetséged legalább olyan kimagasló, mint egyéb képességeid.

Köszönet a könyv születése körül segédkező egész stábnak – Deborah Weiss Geline-nek, Dania Davey-nek, Nancy Murray-nek, Trish Boczkowskinak és mindenkinek, aki közreműködött abban, hogy ez a könyv a lehető legszebb és leghasznosabb legyen. Barbara Ottenhoff és Judith Sutton tökéletesítette és szerkesztette nyomdakészre a kéziratot – köszönöm nektek együtt érző és minden részletre kiterjedő segítségeket. Azért is hálás vagyok, hogy Ann Bramson lehetett a szerkesztőm és kiadó. Kivételes érzéked van a könyvek megszépítéséhez és a nyelvi finomságokhoz. Igazán szerencsésnek érzem magam, hogy veled dolgozhattam.

Susan Ginsburgnál jobb ügynököt egy író se kívánhatna magának. Köszönöm, hogy segítettél mindent létrehozni.

Ben Fink kezdetben egyszerű útitárs volt, de végül igazi jó barátom lett. Ben, köszönöm neked, nemcsak mesés képeidet (bocs, hogy megint ezt a szót használok, egyszerűen ez illik ide legjobban), hanem azt is, hogy a legnehezebb fotózások közben is jót szórakoztunk együtt. Rita Yeazel fáradhatatlanul tesztelte minden egyes receptemet, míg tökéletesek nem lettek. Rita, köszönöm, hogy lankadatlan türelemmel olvastad, profi módjára tesztelted a recepteket, és köszönet lelkesedésedért, örök jókedvedért.

Édesanyám, Bobbi Lee Caraway, nagymamám, Ruth Marie Gorenstein, és az ő anyukája, Kate Sherkow nagy, valamint Rivka Dennis nagy és Ruth Sue Coleman nagy voltak a valódi múzsáim, tőlük annyi tanácsot, szeretetet, támogatást kaptam, hogy megköszönni sem tudom eléggé.

Végül meg kell köszönnöm gyermekeimnek, Mathan Shlomo és Leia Kate Glezernek, valamint férjemnek, Arinak, hogy mindazt a szeretetet és bátorítást megkaptam tőlük, amire szükségem volt a könyv megírásához.

A Pearl Pékség legjobb vásárlója, Patrick Duncan Moore





TÁRGYMUTATÓ

Accademia del Fornaio 220

Acme Kenyér-sütő Vállalat 32, 37–51, 220

(az) Acme fahéjas-mazsolás-diós kenyere
224–225, 231–232

(az) Acme rusztikus baguette-je 37, 42–45

(az) Acme zöld fűszeres karéjai 37, 49–51
ajándék kenyerek 33

a Bruno pandorója 173–179

a Dutch Regale mandulás püspökke-
nyere 198–204

a Dutch Regale rumos püspökkenye-
re 205

a Royal Crown édesköményes tarallija
211–214

alapok 15–33

eszközök 21–22

hozzávalók 16–20

technikák 23–31

alfa-amiláz 17, 154

állag (tészták) 27

álló mixer 21, 26, 125–127, 130–131

almavaj, Macrina fahéjas majomkenyeré-
ben, 230–131

alsó héj 30

Amerikai Kulináris Intézet 99, 219

Amerikai Pékek Céhe 10–11, 99, 219–223

árpaliszt 17, 114

árpamalata, az Essential Columbia kenyé-
rében 94–95

autolízis 24

avasság (liszté) 17

Baguette-ek 10, 37, 114, 134, 142, 192,
206, 223

az Acme rusztikus ~je, 42–45

a ~ elemzése 221, 222

eszközök ~hez 22, 29, 223

barna cukor, a Macrina fahéjas majomke-
nyerében 230–231

bâtard 29 45, 47

az Acme rusztikus baguette-je és ~ja,
42–45

Bay State Mills 17, 85

Becker, René 69–72, 76, 78

bégl 183, 184

bemetszés (kenyéré) 30

Ben taralli-krékere 214

Bessone, Silvio 174

béta-amiláz 17

bialy, a Kossar ~ja 181–187

biga 115

Bocuse, Paul 192

boule 45, 46

az Acme rusztikus baguette-je és ~je
42–46

bor, a Royal Crown édesköményes taralli-
jában 211–214

Bowden, Robert 55

briós 173, 219

Brown-Gvedira, Gina 53–55

Bruno Pékség 173–179

búza 40, 53–57

fehér 55

kemény 59

lágú 59

téli 59

Turkey Red 142

új fajták 57

búzacsíra 83, 84, 88

az Essential Columbia kenyérében
94–95

búzaajták, sikk 38

búzaaszt 16–17, 85, *lásd még* rozsliszt

Búzamező Pékség/Kávészó 141–143

búzaszem 16, 86

búzatöret 114

„Búza Öröksége” Aratótársaság 61

Calvel, Raymond 24, 31, 99, 101, 115

calzone 164

Candida crusei 101

Candida milleri 101

Castel, Eric 153

Chapel, Alain 196

chef 103, 115

ciabatta 113, 114

Craig Ponsford ~ja 116–117

cibak, Judy Unruh esküvői ~zsemléje 63

Coen, Danny 183

colomba di pasqua 174

Comes, Noel 133, 135

Compagnon de Devoir 206

couche 22, 29, 46, 117

Coupe du Monde de Boulangerie 114,
191, 219, 220, 221

couronne 46

az Acme rusztikus baguette-je és ~ja
42–45

Craig Ponsford ciabattája 116–117

croissant 10, 219

crouton, Judy Unruh esküvői cibakzsemlé-
je 65–66

cukor:

a Bruno pandorójában 174–179
 a Dutch Regale mandulás püspökkenyerében 198–204
 a Macrina fahéjas majomkenyerében 230–231
 a Sullivan Street krumplis pizzájában 168–171
 aprósütemény-tészta 228–129
 az Acme fahéjas-mazsolás-diós kenyereiben 225, 231–232
 Glenn Mitchell kuglófjában 193–196
 élesztő és ~ 20
 cukros aprósütemény 228–229
 Curran, Lisa 83–85
 Curran, Steve 83–88

Csak Kenyér Pékség 219

cséplés 61–63
 cseresznye, az USA versenycsapatának kenyérsüvegében 228–229
 cseresznyepálinka, az USA versenycsapatának kenyérsüvegében 228–229
 csíra 16, 17, 40, 83
lásd még búzacsíra
 csokoládédarabok, az USA versenycsapatának kenyérsüvegében 228–229

Dagasztás 21, 23, 24, 25–26

dara, őrlés és ~ 84
 daraliszt 16–17
 a Tom Cat daraliszt-filonéja 136–139
 Della Fattoria 22, 121–122, 133
 puliszkás kenyér 30, 130–131
 rusztikus sült fokhagymás kenyér 122, 125–147
 DePasquale, George 89, 94
 diasztatikus árpamaláta 17
 dió:
 a Pearl ~s kovászos francia kenyere 107–108
 a Pearl olasz gyümölcskenyerében 110–111
 az Acme fahéjas-mazsolás-diós kenyere ~val 225, 231–232
 durumbúza 53
 durumliszt 16–17
 a Royal Crown édesköményes tarallijában 211–214
 a Tom Cat daraliszt-filonéjában 136–139
 Dutch Regale Pékség 153–161, 197

finn rozskenyér 158–161
 magvas kenyér 153, 155–157
 mandulás püspökkenyer 198–204
 rumos püspökkenyer 205

E-vitamin 24

Ecole Française de Boulangerie d'Aurillac 99
 ecetsav 26, 27, 100, 115
 edényfogó 20
 édes kenyérfélék 33, 224–232
 a Dutch Regale mandulás püspökkenyere 198–204
 a Dutch Regale rumos püspökkenyere 205
 a Hi-Rise bostoni barna kenyere 78
 a Macrina fahéjas majomkenyere 230–231
 az Acme fahéjas-mazsolás-diós kenyere 231–232
 az Essential édes perrinje 89–92
 az USA versenycsapatának kenyérsüvege 228–229
 az USA versenycsapatának édes tésztája 224–225
 Glenn Mitchell kuglófja 193–196
 édes tészta 20–21
 az USA versenycsapatának ~ja 224–225
 édesköményes taralli, Royal Crown 211–214
 egy nap alatt elkészülő kenyerek:
 a Dutch Regale mandulás püspökkenyere 198–204
 a Dutch Regale rumos püspökkenyere 205
 a Gemelli pizza Margheritája 165–167
 a Gray Malom vékony málélepénye 80
 a Hi-Rise bostoni barna kenyere 78
 a Hi-Rise kukoricás kenyere 76–77
 a Kossar bialyja 186–187
 a Royal Crown édesköményes tarallija 211–214
 a Royal Crown tortanója 215–217
 Judy Unruh esköví cibakzsemléje 65–66
 zsemle fehér búzalisztból 58–59
 egyélű penge 21, 30
 Ekrich, George 153, 154
 elektromos sütő 31

élesztő 19–20

élesztős előtésztá 113–115
 friss ~ 163
 hozzáadása 23
 igazítása 15
 kovász és ~ 101, 103
 szavatossága 19
 tárolása 19
 ~ tészta 100
lásd még az egyes élesztőfajtáknál
 élesztőfélék 23, 115
lásd még kovászos előtésztá
 élesztős kovász 115, 223
 élesztőszer, kovászos előtészták és ~ 100
 ellenőrzés (tésztá keltsége) 29
 élesztős előtésztá 18, 23, 24, 106, 113–115
 az Acme rusztikus baguette-je és az ~ 42–45
 folyékony ~ 223
 hőmérséklet és ~ 135
 első kelesztés 26, 27–28
 élesztő és ~ 38
 évszakok és ~ 15
 Englemayer, Juda 183
 Ensz, Glenn 55
 enzimek 17, 114
 enzimműködés szempontjából aktív kovász, a Bruno pandorójában 176–179
 Essential Sütőipari Vállalat 89
 (az) Essential Columbia kenyere 94–95
 (az) Essential édes perrinje 89–92
 eszközök, 21–22
 Europain 219
 Európai Pizzaszakácsok Szövetsége 164
 érkezési hőmérséklet 135
 évszak szerinti igazítás 15
 első és második kelesztésnél 28
 kovászos előtésztá és ~ 103
 extra finom durum finomliszt 16

Fából készült fordítódieszka 22

fagyasztani (kenyeret) 31
 fahéj:
 a Macrina ~as majomkenyere 230–231
 az Acme ~as-mazsolás-diós kenyere 231–232
 falusi franciakenyer, Thom Leonard receptje 145–146
 falusi jellegű franciakenyer 94–95
 kovász és ~ 101
 fatüzelésű kemence 141–143, 163

fehér kovászos kenyér 197
 fehér, ropogós kenyerek 32
 a Kossar bialyja 186–187
 a Royal Crown tortanója 215–217
 a Tom Cat daraliszt-filonéja 136–139
 az Acme rusztikus baguette-je 42–45
 Craig Ponsford ciabattája 116–117
 Thom Leonard falusi franciakenyere 145–146
 fehér rozsliszt 17
 fehérbúza-zsemle 58–59
 fehérítés 16
 fehérítetlen liszt 16
 fehérje 37
 százalékos ~tartalom 41
 a rozsliszt és a ~ 17, 157
 búza és ~ 16, 38, 59
 fehér liszt 16, 40, 84
 fekete áfonya, szárított, a Hi-Rise bostoni barna kenyérében 78
 felfrissítés (francia stílusú kovászos előtésztaé) 104–105
 felosztás (tésztaé) 28–29
 feltét:
 a Gemelli Margherita pizzájához 165–167
 a Royal Crown ~je 215–217
 a Sullivan Street krumplis pizzájához 170
 tortano 210
 fény (kenyéré) 30
 Field, Carol 121
 filone, a Tom Cat daralisztos ~ja 136–139
 Fink, Ben 214
 finn rozskenyér, Dutch Regale 158–161
 focaccia, az Acme zöld fűszeres karéjai 49–51
 fokhagyma:
 a Della Fattoria rusztikus sült ~s kenyere 125–127
 a Margherita pizzán 164
 folyékony előtészta 223
 formakenyér 65–67
 a Hi-Rise kukorica kenyere 76–77
 Judy Unruh esküvői cibakzsemleje és ~e 65–66
 formálás (kenyéré) 29
 formakenyér 67
 francia kenyérformák 46–47
 forralás:
 a bégel és a ~ 183
 a Royal Crown édesköményes tarallija 211–214

Franciaország:
 élesztős előtészta ~ban 114
 képzés ~ban 10, 206
 mikrobiológiai kutatások ~ban 100–101
 francia dagasztási technika 25–26
 francia kenyérformák 46–47
 francia kovászos kenyér 99, 100, 101, 103
 Francia Kulináris Intézet 176–179
 francia nyújtófa 21
 francia stílusú kovászos előtészta 101, 103–106
 füge:
 a Pearl ánizsos-~s paninije 100–101
 a Pearl olasz gyümölcskenyerében 100–111
 az Essential édes perrinjében 89–92

Galite, Glenn 209–210
 gázsütő 31
 Gemelli 163–167
 Pizza Margherita, 164
 General Mills 85
 Generoso, Franko 209–210
 Generoso, Giuseppe „Joe” 209–210
 genetika, búza és ~ 53–54, 57
 Glenn Mitchell kuglófja 191, 193–196
 glutén 24, 28, 37–38, 76, 114, 177, 222
 gluténablak 26
 Gorman, Brian 181–182
 gömbölyítés 12, 29
 az Acme rusztikus baguette-je és a ~ 42–45
 görgős nyújtófa 21
 gőzölés 30, 142
 Grace Sütőipari Vállalat 69–73, 76
 vékony málélepeny 80
 Gumpel, Thomas 219

Gyors kenyerek, a Hi-Rise bostoni barna kenyere 78
 gyümölcs, kovászos előtészta és ~ 101

Hagyma:
 a Kossar bialyjában 183, 186–187
 a Sullivan Street krumplis pizzája 168–171
 hajtogatás 28
 haladóknak való kenyerek
 a Bruno pandorója 176–179
 a Della Fattoria puliszkás kenyere 130–131

a Dutch Regale mandulás püspökkenyere 298–304
 a Dutch Regale finn rozskenyere 158–161
 a Dutch Regale rumos püspökkenyere 205
 a Pearl olasz gyümölcskenyere 110–111
 a Pearl diós-kovászos francia kenyere 107–108
 Thom Leonard falusi franciakenyere 145–146
 Thom Leonard Kalamata olívás kenyere 147–149
 Hamm, Russ 61
 hamu 17, 40
 Hart, John Allen 69, 70
 Hart, Roland 70
 Harvey, Anne 63
 hengermalomban őrlés 16, 83–88
 Hi-Rise Kenyársütő Vállalat 69, 70
 bostoni barna kenyér 78
 kukorica kenyér 76–77
 hibajavítás 17, 21, 27, 31
 a bemetszések sekélyek 27
 a kenyér íztelen 21, 31
 a kenyér lyukai túl kicsik 27
 a kenyér túl lapos 27
 a kenyér túl sós 21
 a kenyérbél nyirkos 17
 a kenyérhéj halvány 17
 a kenyérhéj puha 116
 a kovász lassan érlelődik 105
 a tészta lassan kel 17
 a tészta nem áll össze a dagasztókaron 26
 a tészta „túl lett dagasztva” a konyhai robotgépben 26
 a tészta túl merev 27
 egyenletlen barnulás 30
 keserű vagy kellemetlen ízű teljes kiőrlésű kenyér 17
 repedés sütés közben 95
 savas kovász 26
 szakadozó tészta 38
 Hosteria 163, 165
 hosszú kenyerek 47
 hozam, búzatermesztésben 54
 hozzávalók 16–20
 a ~ kimérése 27
 ~ százalékos aránya 18
 lásd még liszt; só; víz; élesztő
 hőkezelés, őrlés és ~ 84
 hőmérséklet:

élesztős előtészta és ~ 114
 friss élesztő és ~ 20
 kelesztés és ~ 27–28
 kelesztés és ~ 29
 kelesztéskésleltető berendezés és ~ 220
 kenyér tárolása 31
 konyhai robotgép és ~ 27–28
 kovász és ~ 28
 savtermelés és ~ 100
 sütés és ~ 30
 sütő ~e 31
 tészta és ~ 20, 135
 hűtés (kenyéré) 31
 hűtőben tárolás:
 kovász 101
lásd még késleltetés
Időjárás 21
lásd még évszak szerinti igazitás
Igazítások
 a kenyér mennyisége 18, 23
 a tészta állaga 27
 élesztő 20
 szezonális 15, 28, 103
Il Fornaio 220
impasto lievito 174
 indián kukorica 70
 porélesztő 19–20, 24
 a fehér búzalisztből készült zsemleiben 58–59
 a Gemelli pizza Margheritájában 165–167
 a Hi-Rise kukoricás kenyérében 76–77
 a Royal Crown tortanójában 215–217
 a Sullivan Street krumplis pizzájában 168–171
 a Tom Cat daraliszt-filonéjában 136–139
 az Acme zöld fűszeres karéjaiban 49–51
 az Acme rusztikus baguette-jében 42–45
 az USA versenycsapatának édes tésztájában 224–235
 az Essential édes perinnjében 89–92
 Glenn Mitchell kuglófjában 193–196
 Judy Unruh esküvői cibakzsemléjében 65–66
Italian Beaker (The) 121
 ízesített kenyerek 33

a Della Fattoria rusztikus sült fok-hagymás kenyeré 125–127
 a Pearl fügés-ánizsos paninije 110–111
 a Pearl olasz gyümölcskenyeré 110–111
 a Pearl diós-kovászos kenyeré 107–108
 a Royal Crown édesköményes tarallija 211–214
 az Acme zöld fűszeres karéjai 49–51
 az Essential édes perrinjé 89–92
 Thom Leonard Kalamata olívás kenyeré 147–149

Jörin, Robert, 219
 Judy Unruh esküvői cibakzsemléje 65–66

Kakaóvaj, a Bruno pandorójában 174–179
 káliumbromát 85
 Kansai Állami Egyetem 53, 84, 86, 87
 kardamom, a Dutch Regale mandulás püspökkenyerében 198–204
 Kastel, Eric 198
 kelesztés 27, 29–30
 élesztő 20
 kelesztőkosarak 22, 30
 kemence 10, 134
 fatüzelésű ~ 141–143, 163
 szénttüzelésű tégla~ 209–210
 kemény búzafélék 16, 55, 58, 59, 145
 kemény kovászos előtészta 104–105
 kemény tészta 27
 keményítő sérülése 84
 kenyérfélék 12, 30–31
 receptek készítése ~hez 18
 ~ súlya 220
lásd még az egyes kenyeknél
 kenyérkoszorú 46
 az Acme rusztikus baguette-je és ~ja 42–45
 kenyérliszt 16
lásd még teljes kiőrlésű kenyérliszt
 kenyérsütő gépek 13
 kenyérszobrászat 219
 kenyértartó 31
 képzés 11, 26, 99, 191–206, 219, 220
 kerek cipő 46
 kereskedelmi forgalomban kapható élesztő:
 élesztős előtésztákban 113
 kovászos recept átírása ~re 106
 kerti permetezőgép 22
 kerti permetező, gőzkeltéshez 30

késleltetés 27
 a bégel és a ~ 183
 élesztős előtészták és ~ 114
 kovászos előtészták és ~ 101
 keverés, 25
lásd még dagasztás
 kevert kovász 115
 kezdőknek való kenyerek 32
 a Gemelli pizza Margheritája 165–167
 a Gray Malom vékony málélepénye 80
 a Hi-Rise bostoni barna kenyeré 78
 a Hi-Rise kukoricás kenyeré 76–77
 a Kossar bialja 186–187
 a Macrina fahéjas majomkenyeré 230–231
 a Royal Crown édesköményes tarallija 211–214
 az Acme fahéjas-mazsolás-diós kenyere 231–232
 az Acme zöld fűszeres karéjai 49–51
 az USA versenycsapatának édes tésztája 224–225
 Ben taralli-krékere 214
 francia stílusú kovászos előtészta 103–106
 Judy Unruh esküvői cibakzsemléje 65–66
 zsemle fehér búzalisztből 58–59
 kézműves kenyerek, meghatározás 12
 kézműves pékek 11, 20, 113–114
 kézzel dagasztani 24, 25
 Kice hengerszék 86–87
 Kice Industries 86
 Kice, Jack 86
 Kice, Tom 86
 King Arthur univerzális liszt 16, 41, 136–139
 a Sullivan Street krumplis pizzájában 168–171
 a Tom Cat daraliszt-filonéjában 136–139
 kiőrlési fok 17, 88
 Kirkby, Rick 37, 40, 41, 220, 222
 Kispékiségek Szövetkezete 219
 Klapman, Alan 181–183
 klórgáz 16
 konyhai mérleg 21
 konyhai robotgép 21, 26
 korpa 16, 17, 40, 83, 84, 88
 korpás liszt 16
 Thom Leonard falusias franciakenyeré 145–146

- Kossar bialyja 186–187
- Kossar bialystoki süteményei 181–187
- Kossar, Morris 181, 183
- kóser só 19, 24
- kovász 99–101
- a Pearl diós-kovászos franciakenyerében 107–108
 - hőmérséklet és ~ 27, 28, 101
 - kelesztőkosár és ~ 30
 - kovászos recept átírása és ~ 106
- lásd még* kovászos előtészta
- kovászos előtészta 100, 101, 173
- állag 100
 - élesztős előtészta és ~ összehasonlítás 113
 - fehér búzalisztből készült zsemleiben 58–59
 - folyékony kovászos recept átírása szilárd kovászra 105
 - francia stílusú 103–106
 - hőmérséklet 100
 - kemény 104–105
 - kovászos recept átírása kereskedelmi forgalomban kapható élesztőre 106
 - mikroflóra eredete 101
 - rozzsal 101, 154, 155
 - savasság 100, 101
 - víz és ~ 19
- kovászos kenyér 12, 100–101, 192, 197
- a Bruno pandorója 176–179
 - a Della Fattoria puliszkás kenyere 130–131
 - a Della Fattoria rusztikus sült fokhagymás kenyere 125–127
 - a Dutch Regale finn rozskenyere 158–161
 - a Dutch Regale magvas kenyere 153, 155–157
 - a Pearl fügés-ánizsos paninije 110–111
 - a Pearl olasz gyümölcskenyere 110–111
 - a Pearl diós-kovászos franciakenyere 107–108
 - az Essential Columbia kenyere 94–95
 - Thom Leonard falusi franciakenyere 145–146
 - Thom Leonard Kalamata olívás kenyere 147–149
- körtés kenyér 89–92
- kövön őrlés 69–73, 83
- középhaladóknak való kenyerek:
- a Dutch Regale magvas kenyere 153, 155–157
 - a Royal Crown tortanója 215–217
 - a Sullivan Street krumplis pizzája 168–171
 - a Tom Cat daraliszt-filonéja 136–139
 - az Acme rusztikus baguette-je 42–45
 - az Essential édes perrinje 89–92
 - az USA versenycsapatának kenyérsüvege 228–229
 - Craig Ponsford ciabattája 116–117
 - Glenn Mitchell kuglófja 193–196
- kréker, Ben tarallis ~e 214
- krumpli:
- a Sullivan Street krumplis pizzája 168–171
 - a Royal Crown tortanójában 215–217
- Kruse, Carsten 153, 197
- kuglóf, Glenn Mitchell ~ja 191, 193–196
- kukorica 70
- a Hi-Rise ~s kenyere 76–77
- kukoricadara, a Della Fattoria puliszkás kenyere 130–131
- kukoricaliszt, kövön őrlött, fehér:
- a Gray Malom vékony málélepenyében 80
 - a Hi-Rise bostoni barna kenyérében 78
 - a Hi-Rise kukoricás kenyérében 76–77
- különleges porélesztő 19
- lásd még* ozmotoleráns porszáritott élesztő
- különlegességek (viennoiserie) 219
- Lactobacilli** 100
- Lactobacillus sanfrancisco* 101
- La Farm Pékség 25, 206
- la madre* 173
- lágý búza 59
- lágý tészta 25–26, 27
- lapátolás (kenyeret a sütőkőre) 30
- laposkenyér, az Acme zöld fűszeres karéjai 49–51
- leereszteni (tésztát) 28
- lenmag, a Dutch Regale finn rozskenyere 158–161
- Leonard, Thom 88, 141–149
- Leonforte, Emanuele 163, 164
- levain de pâte* 115
- levain-leuvre* 115
- liszt 11, 37–95
- a ~ kezelése 23, 24, 135
 - a ~ minősége 37–41
 - a ~ tárolása 17, 27
- baguette-ekben 222
- búza 16–17, 38
- kovászos előtészta és ~ 101
- őrlés és ~ 83–85, 133
- pizzához 163–168
- sikér a ~ben 24, 37–38
- szín és ~ 41
- lásd még az egyes liszteknél*
- lisztezés (munkalap) 28
- Llopiés 141, 143
- lófogú kukorica 70
- Macrina** fahéjas majomkenyere 230–231
- az USA versenycsapatának édes tésztája a ~ben, 224–225
- malátacukor 101
- magas sikértartalmú liszt 16
- a bégelben 183
 - a Bruno pandorójában 176–179
 - a Della Fattoria puliszkás kenyeren 130–131
 - a Kossar bialyjában 186–187
- magbél 17, 41, 83, 84, 87, 154
- maghøj:
- búza 16, 84, 86
 - rozs 17, 19, 154, 155
- magvas kenyér, Dutch Regale 155–157
- majomkenyér, a Macrina fahéjas ~e 230–231
- mandula:
- Glenn Mitchell kuglófjában 193–196
 - püspökkenyér, a Dutch Regale 198–204
- második kelés, *lásd* kelesztés
- Margherita pizza 164
- Gemelli 165–167
- Massimo (Royal Crown Pékség) 209–210
- May, Tony 163–164
- mazsola:
- a Dutch Regale mandulás püspökkenyerében 198–202
 - a Dutch Regale rumos püspökkenyerében 205
 - a Hi-Rise bostoni barna kenyérében 78
 - a Pearl olasz gyümölcskenyerében 110–111
 - az Acme fahéjas-~s-diós kenyérében 231–232
 - Glenn Mitchell kuglófjában 191,

193–196
 McDonald, Matt 219–220
 McMahon, Tom 220, 221, 222
 McTaugem Tim 69–73
 melasz, a Hi-Rise bostoni barna
 kenyerében 78
 mennoniták 57, 61–62, 142
 mennyiség átszámítása 18, 23
 merev tészta 38
 „merít és söpör” mérés 23
 mérleg, konyhai 21
 Merril, Susan 191
 mérés (hozzávalóké) 21, 23, 27
 mérés, kenyér súlyának ~e 12, 220
 mérőkanalak 21
 méz:
 a Bruno pandorójában 177–179
 a Hi-Rise kukoricás kenyérében
 76–77
 a Royal Crown tortanója 215–217
 mezőgazdaság 38, 53–57, 154
 miche 46
 mikroflóra 100, 101, 103
 Mirsky, Shorty 183
 Mistell, Greg 99, 221
 Mitchell, Cindy 191–192
 Mitchell, Glenn 89, 191–196, 197, 228
 mogyoró, az Essential édes perrinjében
 89–92
 Monet, M. 192
 Mozzarella, a Gemelli Margherita
 pizzájában 165–167
 muffin 16
 munkalap lisztézése 28

Nagybani pékségek és kelesztés 113
 nápolyi pizza 11, 163–164
 napraforgómag, a Dutch Regale magvas
 kenyerében 153, 155–157
 narancslé-sűrítő, a Dutch Regale
 mandulás püspökkenyerében 198–204
 nedvesítés (tészta ~e) 21
 Nemzeti Sütőipari Központ 114, 219
 Németország:
 képzés ~ban 153, 196
 kovász és ~ 100, 101
 német rozskenyér 155
 növénypermetező 22

Nyomástezt 29

Olasz 00-s liszt 163
 Olaszország, 114, 215
 olívás kenyér, Thom Leonard Kalamata ~e
 147–149
 omlós tészta, a Dutch Regale mandulás
 püspökkenyere 198–204
 oxidálódás 24
 oxigén 24, 26
 ozmotoleráns porélesztő 20
 a Bruno pandorójában 176–179
 a Dutch Regale mandulás püspökke-
 nyerében 198–204

Öregtészta, élesztős előtészta és ~ 115
 őrlés 11, 41, 54, 83, 88
 henger 16, 83–88
 hosszú ~i folyamat 87
 kövön ~ 69–73, 83
 őrlőhengerek 84
 rozsliszt és ~ 17
 rövid ~i folyamat 83
 törőhengerek 84

Pain au levain 10, 99, 100, 101, 103–106
 a Pearl diós-kovászos kenyere 108
 lásd még kovászos kenyerek
 palacsintatészta-szerű kovások 104–105
 pandoro, a Bruno ~ja 173–179
 panella 210
 panettone 174
pâte fermentée 115
 páratartalom 21
 Pearl Pékség 99, 221
 diós-kovászos kenyér 99, 107–108
 fügés-ánizsos panini 99, 110–111
 olasz gyümölcskenyér 99, 110–111
 penész, tárolás és ~ 31
 pentozán, a rozslisztben 157
 pép, őrlés és ~ 84
 permetezés (kenyér ~e) 30
Pichia saitoi 101
 pihentetés 23, 24, 29, 136
 tésztaé 29
 porélesztő és a ~ 19
 a tészta formálása és ~e 49
 pirító:
 a Hi-Rise ~nak való kukoricás
 kenyere 76–77
 Judy Unruh ~nak való esküvői cibak-
 zsemléje 65–66

pizza 163–171
 a Sullivan Street krumplis ~ja 168–171
 Margherita, Gemelli 165–167
 pizzaszakácsok 163–171
 Poilâne, Lionel 15
 Ponsford, Craig 113, 114, 115, 220, 221,
 222
 friss élesztő 16, 20, 163
 a Dutch Regale mandulás püspökke-
 nyerében 198–204
 puliszkás kenyér, a Della Fattoria ~e
 130–131
 pumpnickel liszt 19
 püspökkenyér 197
 a Dutch Regale mandulás ~e
 198–204
 a Dutch Regale rumos ~e 205

Quick, Abe 70
 QuickRise élesztő 19

Rákkeltő anyagok 85
 RapidRise élesztő 19
 Rath, James 133, 134
 rehidratálás (élesztőé) 19, 20
 Richard-Molard, Dr. 100
 Richards, Herman 62
 Rocco Cukrászdája 210
 Rockridge Hall 192
 Roller, David 142–143
 ropogtatnivaló, a Royal Crown édeskö-
 ményes tarallija 211–214
 ropogós fehér kenyerek, *lásd* fehér
 kenyerek, ropogós
 Rosada, Didier 114, 115
 Royal Crown édesköményes tarallija
 211–214
 Royal Crown Pékségek 182, 209–217
 Royal Crown tortanója 106, 215–217
 Rozmaring, az Acme fűszeres karéjaiban
 49–51
 rozs 154
 csírákár 155
 pentozán 157
 síkér a ~ban 156
 rozsdara 17
 rozskenyér 153–161
 a Dutch Regale finn rozskenyere
 158–161
 a Dutch Regale magvas kenyere 153,
 155–157

kovászos előtészta és ~ 101, 154,
155–157
rozsliszt 17–19, 85
élesztős előtészta 114
francia stílusú kovászos előtészta 103–106
Thom Leonard falusi franciakenyerében 145–146
lásd még sötét rozsliszt; világos rozsliszt; teljes kiőrlésű rozsliszt
rozsmag 17, 19, 154
a Dutch Regale magvas kenyérében 155–157
roztörtet 156
a Dutch Regale finn rozskenyérében 160–161
a Dutch Regale magvas kenyere 155–157
az Essential édes perrinjében 89–92
kovászos előtészta és ~ 155
rugalmas siker 38
rum:
Glenn Mitchell kuglófjában 193–196
a Dutch Regale ~os püspökkenyere 205
Russ, Joel 182
Russ & Lányai 182
Russ, Mark 182

S*Saccharomyces cerevisiae* 101

Saccharomyces exiguus 101

sajt:

a Della Fattoria rusztikus sült fokhagymás kenyérében 125–127
mozzarella, a Gemelli pizza Margheritájában 165–167

San Franciscó-i kovászos előtészta 101

San Franciscó-i Sütőipari Intézet 25, 206

Sawicki, Lynne 30

Schat, Jan 220, 221

Scheinin, Danny 181

Sears, Rollie 53–55, 57

Settepani, Biagio 173–74

Settepani, Fina 174

Settepani, Joseph 174

Settepani, Pina 174

siker 24, 28, 37–38, 76, 114, 177, 222

só 19, 21, 23, 24

sodrófa 21

sötét északi tavaszi búza 16

sötét rozsliszt 17, 19

a Dutch Regale finn rozskenyérében 158–161

a Dutch Regale magvas kenyérében 153, 155–157

spanyol kemence 141

Sullivan, Steve 37

Sullivan, Susan 37

Sullivan Street krumplis pizzája 168–171

súly:

hozzávalók ~ 18, 19, 21

tészta ~a 28–29

süteményliszt 16

sütés 30–31

alapjai 15–33

versenyszerű 219–232

sütő:

a kenyér elhelyezése a ~ben 30–31

gáz~ 31

sütőkövek 21, 30

tisztításuk 21

sütőlapát 16, 22, 30

sütőpapír 30

sütőpor, a Hi-Rise bostoni barna

kenyérében 78

szódbikarbóna, a Hi-Rise bostoni

barna kenyérében 78

tepsik 30

Szakmai gyakorlat, *lásd* képzés

lenruha 22, 29, 46, 117

szárított élesztő 16, 19, 20

a Royal Crown édesköményes tarallijában 211–214

százalékos arány (hozzávalóké) 18

százalékos arányszámítás 18

szeletelés (kenyéré) 31

szendvicsfalatkák, Judy Unruh esküvői

cibakzsemléje 65–66

szendvicsnek való kenyerek 33

a Della Fattoria puliszkás kenyere 130–131

a ~ fagyasztása 31

a Hi-Rise kukoricás kenyere 76–77

a Kossar bialyja 186–187

a Pearl diós-kovászos franciakenyere 107–108

az Acme zöld fűszeres karéjai 49–51

az Acme rusztikus baguette-je 42–45

az Essential Columbia kenyere 94–95

Craig Ponsford ciabattája 116–117

Judy Unruh esküvői cibakzsemléje 65–66

Thom Leonard falusi franciakenyere 145–146

Thom Leonard Kalamata olívás

kenyere 147–149

szennyeződés 84

szerecsendiő, a Macrina fahéjas majomkenyerében 230–231

szén-dioxid 28, 29, 38

széntüzelésű kemencék 209, 210

szezámag:

a Macrina fahéjas majomkenyerében 230–241

a Tom Cat daraliszt-filonéjában 136–139

Sziklás-hegység Malomüzem 83–85, 87

szín (liszté) 41

szitált, kövön őrlött liszt 16

szivacs 23, 115

szívós siker 38

„Tanyáról a Piacra” Kenyér-sütő Vállalat 143

taralli, a Royal Crown édesköményes ~ja 211–214

tárolás:

élesztő ~a 19

francia stílusú kovászos előtészta ~a 104–105

friss élesztő ~a 20

kenyér ~a 31

lisztfélék ~a 17

rozstermékek ~a 17, 19

tej:

a Dutch Regale mandulás püspökkenyerében 198–202

a Gray Malom vékony málélepenyében 80

a Hi-Rise bostoni barna kenyérében 78

az USA versenycapatának édes tésztájában 224–225

Glenn Mitchell kuglófjában 193–196

Judy Unruh esküvői cibakkenyerében 65–66

tejsavképződés 100–101

teljes kiőrlésű gabonaliszt 55

kovász és ~ 101

tárolás 17

teljes kiőrlésű búzaliszt 16

a Hi-Rise bostoni barna kenyérében 78

a Pearl fűgés-ánizsos paninijében 110–111

a Pearl diós-kovászos franciakenyerében 107–108

- teljes kiőrlésű fehér búzaliszt, a fehérbúza-zsemlében 58–59
- teljes kiőrlésű kenyérliszt 16, 40
- a Della Fattoria rusztikus sült fokhagymás kenyérében 125–127
 - a Dutch Regale finn rozskenyérében 158–161
 - a Pearl diós-kovászos franciakenyerében 107–108
 - az Essential Columbia kenyérében 94–95
 - Craig Ponsford ciabattájában 113
 - élesztős előtészta 114
 - Thom Leonard falusi francia-kenyerében 145–146
 - Turkey Red 142
- teljes kiőrlésű liszt 85
- teljes kiőrlésű rozsliszt 19
- a Hi-Rise bostoni barna kenyérében 78
 - az Essential Columbia kenyérében 94–95
 - Craig Ponsford ciabattájában 113
 - francia stílusú kovászból 103–106
 - Thom Leonard falusi francia-kenyerében 145–146
 - Thom Leonard Kalamata olívás kenyérében 147–149
- tészta:
- állaga 27
 - dagasztása 25–26
 - élesztős előtészta és a ~ 113
 - formakenyérhez 65–66,
 - készítése 25–31
 - öreg 115
 - roz 157
- sikér és ~ 38
- lásd még* kovász; édes tészta
- tésztakaparó 21, 25
- tésztaleszt 16
- Thom Leonard falusi franciakenyere 145–146
- Thom Leonard Kalamata olívás kenyere 147–149
- tisztítás, munkalap 21
- tojás:
- a Bruno pandorójában 174–179
 - a Macrina fahéjas majomkenyerében 230–231
 - az USA versenycsapatának kenyérsüvegében 228–229
 - az USA versenycsapatának édes tésztájában 224–225
- Glenn Mitchell kuglófjában 191, 193–196
- Judy Unruh esküvői cibakzsemléjében 65–66
- Tom Cat Pékség 133–139
- (a) Tom Cat daraliszt-filonéja 133, 136–139
- tortano, Royal Crown 215–217
- Torulopsis holmii* 101
- többféle gabonából készülő kenyerek 33
- a Della Fattoria puliszkás kenyere 130–131
 - a Dutch Regale finn rozskenyere 158–161
 - a Dutch Regale magvas kenyere 155–157
 - a Gray Malom vékony málélépénye 80
 - a Hi-Rise bostoni barna kenyere 78
 - a Hi-Rise kukoricás kenyere 76–77
 - az Essential Columbia kenyere 94–95
 - az Essential édes perrinje 89–92
 - zsemlé fehér búzalisztból 58–59
- töltelék, a Macrina fahéja majomkenyeréhez 230–231
- töret, roz 17, 19
- travail mixte* 115
- travail sur raffaëlis* 115
- Triticum aestivum* 53
- tülkelesztés 114
- Un**iverzális liszt 16, 41
- Unruh, Darell 63
- Unruh, Judy 63, 65, 66
- (az) USA versenycsapata 114, 191, 219
- édes tésztája 224–225
- kenyérsüvege 228–229
- V**aj:
- a Bruno pandorójában 174–179
 - a Dutch Regale mandulás püspökkenyerében 198–202
 - a Dutch Regale rumos püspökkenyerében 205
 - a Hi-Rise bostoni barna kenyérében 78
 - a Macrina fahéjas majomkenyerében 230–231
 - az USA versenycsapatának édes tésztája 224–225
- Glenn Mitchell kuglófjában 191, 193–196
- Vann, Mark 121–122
- Vargas, Herman 182
- Vatinet, Lionel 25, 206, 220
- vékony málélépény, a Gray Malom vékony ~e 69, 70, 72, 80
- Vera pizza Napoletana 164
- Vera pizza Napoletana Szövetsége 164
- versenyszerű sütés 219–232
- viennoiserie* (különlegességek) 219
- világos rozsliszt 17
- a Dutch Regale finn rozskenyérében 158–161
 - a Dutch Regale magvas kenyérében 155–157
 - a Pearl diós-kovászos kenyérében 107–108
- víz 19
- élesztős előtészta és ~ 114, 115
 - hőmérséklete 15, 19, 20, 135
 - klórozás 19
 - liszt és ~ 38
 - típusai 19
- W**aterloo Boy 69
- Weber, Aaron 121–122
- Weber, Ed 121–122
- Weber, Kathleen 22, 121–122
- Wilson, Tony 192
- Woodward, Dawn 219, 220
- Y**eazel, Rita 15, 26
- Z**öld fűszeres karéjok, Acme 49–51
- zöld liszt 85, 133
- zsemlék 22, 29, 47, 134
- a Kossar bialyja 186–187
 - a Pearl füges-ánizsos paninije 110–111
 - a Royal Crown édesköményes tarallija 211–214
 - az Acme rusztikus baguette-je 42–45
 - ~ fehér búzalisztból 58–59
 - Judy Unruh esküvői cibakzsemléje 65–66



Maggie Glezer az Amerikai Sütőipari Intézet (American Institute of Baking) okleveles pékje. Kenyársütési praktikákat tanít amatőr és hivatásos pékeknek, emellett igen népszerű előadó a szakterületén. Problémamegoldó ötleteit és tanácsait nemcsak Amerikában, de szerte a világon igénybe veszik a pékek. 2005-ben a *Blessing of Bread* (A kenyér áldása) című könyvével az IACP Nemzetközi Gasztronómiai Szövetség és a James Beard Alapítvány díját is elnyerte.

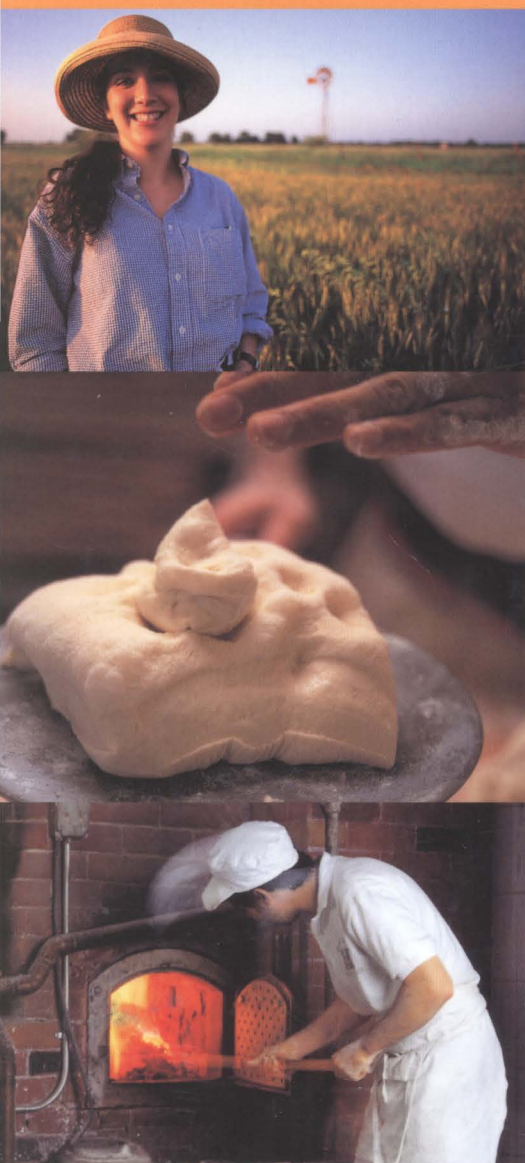
Férjével és két gyermekével Atlantában él.

BORÍTÓFOTÓ © BEN FINK, 2000

A BORÍTÓT NICHOLAS CARÜSO TERVEZTE

**A KÖTETET
A JAMES BEARD
ALAPÍTVÁNY
SÜTÉS
KATEGÓRIÁBAN
AZ ÉV
KÖNYVÉNEK
VÁLASZTOTTA.**

Maggie Glezer okleveles pék és szakíró könyve hiánypótló mű azok számára, akik a kenyérsütést mesterfokon szeretnék űzni, legyenek bár hivatásos pékek vagy elhivatott amatőrök. A szerző az Egyesült Államok legjobb pékségeibe kalauzolja az olvasót, hogy megismerjék az ott folyó munkát és azokat a szakembereket, akiknek köszönhetően e műhelyek világhírnévre tettek szert. A könyv érthetően és lényegre törően közli a bemutatott pékségek legjobb termékeinek receptjeit, és hasznos tanácsokat is közöl a hozzávalók, az eszközök és a különböző technikák alkalmazásáról.



www.alexandra.hu
info@alexandra.hu
info.konyvnagyker.hu

ISBN 978-963-297-726-3



9 789632 977263

ALEXANDRA

