



GABRIELA HRADECKÁ

DOMÁCÍ KVÁSKOVÉ PEČENÍ

www.kurzypecenichleba.cz

 C PRESS

Chleban s An – kurzy pečení chleba 

Domácí kváskové pečení

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.cpress.cz
www.albatrosmedia.cz



Gabriela Hradecká
Domácí kváskové pečení – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2017

Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.

ALBATROS  **MEDIA a.s.**

Domáci kváskové pečení

Gabriela Hradecká

*Cpress Brno
2016*

Obsah

<i>Úvod</i>	<i>6</i>
<i>Co potřebujeme</i>	<i>10</i>
<i>Žitný kvásek</i>	<i>10</i>
<i>Suroviny na chléb – mouky a semínka</i>	<i>12</i>
<i>Zápara</i>	<i>14</i>
<i>Ošatka</i>	<i>14</i>
<i>Lopata na sázení chleba do trouby</i>	<i>18</i>
<i>Trouba</i>	<i>20</i>
<i>Časový rozvrh a pracovní postup</i>	<i>21</i>
<i>Základní kvas</i>	<i>22</i>
<i>Smísení surovin v míse</i>	<i>26</i>
<i>První kynutí v míse – zrání těsta</i>	<i>27</i>
<i>Hnětení těsta a vytvoření bochníku</i>	<i>28</i>
<i>Chladnutí upečeného pecnu</i>	<i>33</i>
<i>Skladování kváskového pečiva</i>	<i>33</i>
<i>Rady a tipy</i>	<i>36</i>
<i>Revitalizace kvásku</i>	<i>36</i>
<i>Jsmo mimo domov týden a více</i>	<i>37</i>
<i>Praktické rady ohledně nádobí</i>	<i>37</i>
<i>Něco není tak, jak by mělo</i>	<i>38</i>
<i>Shrnutí</i>	<i>42</i>
<i>Máme žitný kvásek a jdeme na to!</i>	<i>42</i>
<i>Ze života</i>	<i>43</i>

<i>Recepty</i>	46
<i>Základní kmínový chléb</i>	48
<i>Jogurtový chléb</i>	50
<i>Žitno-pšeničný chleban od An</i>	54
<i>Chléb Grahama Špaldy</i>	56
<i>Hradecký chléb</i>	58
<i>Chléb skřítka Šalvěje</i>	60
<i>Řepák</i>	62
<i>Jarní chléb s mrkví a merlíkem</i>	64
<i>Dýňový chléb</i>	66
<i>Chléb s čírokem</i>	68
<i>Chléb s teffem</i>	70
<i>Třídílný pohankový chléb</i>	72
<i>Chléb s rýží</i>	74
<i>Bonus</i>	76
<i>Víkendové kváskové bagety</i>	78
<i>Dýňáčky</i>	80
<i>Chlebánci</i>	82
<i>Seznam receptů</i>	85
<i>O autorce</i>	86

Úvod

Pokud máte chuť vrátit se ke kořenům, uzemnit se, udělat si radost a vyrobit si doma něco opravdového, voňavého a lahodně dobrého, jste tady správně. Naučte se péct domácí kváskový chleba! Byli jste vždycky přesvědčeni, že upéct si vlastní chleba je příliš těžké? Ráda vás přesvědčím o opaku. Jsem máma tří malých dětí, bydlím na romantické samotě na pomezí Lančovské a Stříbrné zátoky u Vranovské přehrady a doma téměř každý den pečuji poctivé domácí kváskové (klasické i bezlepkové) pečivo. Zvládám to s radostí a s přehledem i bez vymožeností dnešní doby – bez strojů a kuchyňských robotů. Mám děti, zaměstnání a spoustu dalších aktivit, tudíž se snažím domácí kváskové pečení i pořádání kurzů kváskování zařadit do běžného dne se všemi radostmi i povinnostmi. Jsem přesvědčená, že vše, co k neodolatelně voňavému a chutnému domácímu chlebu potřebujete, je zdravý žitný kvas, mouka, voda, koření či bylinky, ošátka, klasická trouba domácí, vaše laskavé ruce a odhodlání beze strachu.





Jaký je můj příběh? Před nějakou dobou si ke mně našel cestu dobře živený domácí vranovský kvásek. První kváskové chleby se podařily a zrodila se vášeň. Studovala jsem knihy, četla pekařské diskuze a sledovala pořady o pečení chleba. Zvěsti o mém „domácím pekařském umění“ se brzy roznesly a přátelé a známí mě začali žádat, abych je naučila, jak na to. Rozhodla jsem se nenechávat si svoje znalosti a zkušenosti pro sebe a naopak je nabídnout všem, kteří touží po vlastním domácím chlebu a kváskovém pečivu. A tak jsem začala pořádat kurzy pečení chleba neboli kurzy kváskování, které s oblibou někdy nazývám „chlebáňkové dýchánky“. Kurzy probíhají v různých městech po celé České republice a po dohodě je možné uspořádat kurz ve vašem městě či vesnici.

Tuto knihu jsem sepsala s přáním pomoci těm, kteří tápou a bojí se domácího kváskového pečení. Je věnována také všem, kteří se chtějí inspirovat, rozšířit si repertoár kváskových receptů nebo si jen přečíst, jak jsem tuto problematiku uchopila já. Ráda bych vám předala informace a rady podle svého nejlepšího vědomí a svědomí, které jsem získala z běžně dostupných informací, z literatury, internetu a hlavně ze svých domácích pekařských zkušeností. Nejsem ani pekař, ani pekařský odborník, ale vím, že cokoliv



Bercimak photography - 2016 -

se dělá s nadšením a s láskou, tak skvěle funguje. Recepty, které v knize najdete, jsou mé autorské recepty, baví mě hrát si, být kreativní, tvořit. Recepty vznikají spontánně a jsou vždy inspirovány vším, co se okolo mě děje. Fotografie publikované v knize jsou z mého osobního archivu a měly by vám přiblížit proces domácího pečení chleba. Pokud si to ale uděláte podle sebe, je to jenom dobře. A věřte – že ta svoboda pečení stojí za to! Chtěla bych se zmínit ještě o nedokonalosti a originalitě. Každý upečený domácí kváskový chléb je trochu jiný, každý kus je naprosto originálním kouskem a je dokonalý ve své nedokonalosti. Co se posuzování vzhledu bochníků chleba týče, tak je tu jediný parametr, kterým se lze (ne)vážně zabývat. Je to střídka – vnitřek chleba, kvalita střídky, její vláčnost, hydratace a konzistence. A jestli je váš chleba zvenku vzhledově světlý, tmavý, vysoký, nízký, prasklý, malý, velký, oválný, kulatý, hrubý nebo hladký – je to úplně jedno – je to totiž ten nejlepší kváskový domácí chléb pod sluncem – je totiž VÁŠ!

„Na světě není dokonalé nic kromě Lásky. Láska je dokonalá tehdy, milujeme-li nedokonalost.“

Osho

Poděkovat bych chtěla především své rodině – svému úžasnému muži Jiřímu, který je mou tichou stabilitou, skvělým rádcem a vrchním degustátorem kváskových dobrot. Děkuji také svým dětem – Lucii, Julii a Jiříkovi za to, že mi dávají prostor tvořit a trávit v kuchyni a u trouby spousty hodin. Jsou to také takoví malí odborníci na domácí pečivo.

Díky všem, kteří mě na mé cestě jakkoliv inspirovali.

Gabi An Hradecká

www.kurzypecenichleba.cz, facebooková stránka: *Chleban s An – kurzy pečení chleba*