Энциклопедия Хлеба

80 рецептов
хлеба и выпечки

LE PETIT LAROUSSE

Энциклопедия Хлеба

80 РЕЦЕПТОВ
ХЛЕБА И ВЫПЕЧКИ

LAROUSSE, ИЗДАЕТСЯ С 1852 ГОДА

Эрик Кайзер

хлеб*соль
Москва 2021

Содержание

Предисловие 9
Во имя хлеба 10

Основы хлебопечения 13
Мука 14
Выбор ингредиентов 16
Оборудование и аксессуары 18
Замешивание теста 20
Брожение (ферментация) 24
Две стадии брожения 30
Предварительное формование 32
Окончательное формование 34
Насечки 38
Выпечка и хранение хлеба 43
Учимся на ошибках 44

Традиционный хлеб 47
Буль 48
Батар 52
Багет 55
Полька 56
Колос, фисель и косичка 58
Гаш 62
Хлеб-здоровяк 64
Сельский хлеб 66

Особый хлеб 69
Хлеб из муки тонкого помола 70
Хлеб из кукурузной муки 73
Хлеб мультизерновой 74
Хлеб из муки Kamut® 76
Хлеб цельнозерновой 80
Хлеб на манной крупе 82
Хлеб деревенский 84
Хлеб с отрубями 86
Ржаной хлеб 88
Хлеб из суржи 92
Хлеб безглютеновый из кукурузной муки 96
Хлеб безглютеновый из каштановой муки 98

Органический хлеб на натуральной закваске 101
Органический багет 102
Органический хлеб из пшеничной муки с изюмом 106
Органический хлеб Т80 109
Органический хлеб из гречневой муки 112
Органический хлеб из полбы 114
Органический хлеб из пшеницы однозернянки 116
Органический хлеб из муки Т150 118
Органический пшеничный каравай 120

Хлеб с добавками 123

Хлеб на сливочном масле с фундуком 124
Хлеб с горгонзолой и грецким орехом 126
Хлеб с зеленым чаем и апельсиновыми цукатами 129
Апельсиновый хлеб 132
Хлеб с инжиром 135
Медовый хлеб 136
Хлеб на сливочном масле с грецкими орехами 138
Хлеб с куркумой 142
Хлеб со смесью орехов и сухофруктов 144
Хлеб с кунжутом 148
Хлеб с чернилами каракатицы 150

Хлеб на растительных маслах 153

Чиабатта классическая 154
Чиабатта со смесью семян 158
Чиабатта из гречневой муки 160
Чиабатта с тыквенными семечками 163
Хлеб с базиликом 166
Хлеб с сушеными томатами 169
Фугасс с сыром черный шевр 170
Фугасс с черными и зелеными оливками 172
Фугасс с беконом 176
Пицца 178

Сдобный хлеб и выпечка 183

Булочки на молоке 184
Венский хлеб 186
Сахарный хлеб 190
Бриошь 192
Сдобный хлеб 196
Батончик с изюмом 199
Круассан 200
Булочка с шоколадом 204
Булочка с ванилью 208
Бескорковый хлеб 210

Булочки 214

Булочка с изюмом 216
Булочка с маком 220
Булочка с беконом и орехом пекан 222
Хлебец 226
Булочка из муки Kamut® с водорослями 228
Булочка с фундуком и шоколадом 230
Энергетическая булочка с изюмом и грецким орехом 234
Гриссини 236

Региональный хлеб 241

Табатьер (Юра) 242
Раздвоенный хлеб (Берри) 246
Маргаритка (Ардеш) 248
Портманто (Тулуза) 250
Крученый хлеб (Жер) 254
Виваре 256
Корона (Лион) 259
Хлеб из Экс-ан-Прованс 262

Классический хлеб разных стран 265

Фокачча с розмарином (Италия) 267
Хлеб макатиа (Реюньон) 270
Экмек (Турция) 272
Пумперникель (Германия) 274
Хлеб броа (Португалия) 278
Бейгл (Канада и США) 280
Булочка бан (США) 284
Хлеб кантона Во (Швейцария) 286

Приложения 289

Таблица хлебов (для профессионалов) 290
Глоссарий 301
Алфавитный указатель 303

boco

Предисловие

Начиная с двадцатых годов прошлого века французы заново открывают для себя хлеб. И не просто хлеб, а тот, который самые искусные пекари в условиях жесткой конкуренции предлагают на сегодняшний день в своих магазинах. Использование заквасочного метода, выбор муки высокого качества, сочетание традиций и новейших технологий, а также немалая изобретательность — все это служит одной из причин возвращения интереса к хлебопечению. Отказ от бездушного промышленного производства — вот требование, которое предъявляют современные потребители, желающие понять, как и из чего приготовлен предлагаемый им хлеб. Именно на эти вопросы и отвечает эта книга.

От поисков качественного хлеба до желания приготовить его у себя дома — всего лишь один шаг. И Эрик Кайзер, непревзойденный пекарь, чье имя хорошо известно как на территории Франции, так и за ее пределами, настойчиво предлагает вам совершить этот шаг. Его намерения заслуживают внимания, ведь он приглашает своих читателей освоить хлебопечение на закваске. Все ингредиенты, требующиеся для реализации предложенных в этой книге рецептов, вы с легкостью найдете в специализированных магазинах. Если вы работаете с качественными продуктами, считайте, полдела уже сделано. У вас наверняка уже есть духовка, и вы всегда можете приобрести электрический миксер, если не хотите замешивать тесто руками. Что касается всего остального — просто следуйте шаг за шагом рецептам, описанным в этой книге и проиллюстрированным фотографиями талантливого Массимо Пессина.

Будучи владельцем многочисленных пекарен по всему миру, Эрик Кейзер постоянно получает запросы от частных лиц, желающих провести ночь в пекарне за выпечкой хлеба. И посредством своей книги он пытается удовлетворить подобные желания, предлагая всем нам заняться хлебопечением у себя дома и на практике, наконец, понять, что это такое — хлеб. «На сегодняшний день люди во многих сферах стремятся к аутентичности, — поясняет сам Эрик Кайзер. А что может более точно передать это ощущение аутентичности, нежели хлеб, испеченный от всего сердца, без привкуса фальши?»

Во имя хлеба

Я происхожу из рода эльзасских пекарей. Моя семья поселилась в регионе Франш-Конте, а если быть точнее — в Луре, где мой отец занимался хлебопечением и обучал этому ремеслу меня. Мне очень нравилось проводить с ним время в пекарне. Я всегда видел себя делающим то же, что и он, но немного иначе, я связывал это занятие с путешествиями, о которых мечтал еще ребенком. Увлеченный своей работой, папа виделся мне человеком, запертым в своей пекарне. Картинка работяги, трудящегося семь дней в неделю, порой включая и ночное время, может либо вдохновить вас, либо отбить охоту делать что-либо подобное. Но я упорствовал в своих начинаниях, проходя обучение в Фрежюсе, в хлебопекарне Жерара Левана. Там я овладел техникой замешивания теста, изготовления закваски, а также техникой закладывания изделий в ечь при помощи лопаты. У меня был отличный наставник, который привил мне любовь к добросовестному исполнению своих обязанностей. В то время еще не существовало количественного ограничения рабочих часов для несовершеннолетних, так что зачастую я приступал к работе уже в первом часу ночи. В дни, когда мы ходили на танцы, я вынужден был предупреждать мою спутницу, что, как Золушке, до полуночи мне нужно будет исчезнуть. А когда девушка интересовалась причиной такого поворота, я откровенно говорил ей, что я пекарь, и очарование мною сразу исчезало. Такова отрицательная сторона моего ремесла. Но меня это никогда не останавливало.

Я прошел воинскую службу в Ливане в качестве добровольца миротворческих сил ООН[1]. Этот опыт позволил мне понять, насколько сильно я хочу путешествовать по миру. Вернувшись во Францию, я присоединился к обществу Компаньонов Долга[2]. Совершенствование теоретических знаний в процессе путешествий — это было по мне. Жизнь в коллективе подчинялась многочисленным правилам. Мой день состоял в общей сложности из 10 часов работы, к которым добавлялись 5–6 часов обучения, либо проводимого мною, либо проводимого для меня, не говоря уже о задачах и обязанностях внутри коммуны. После четырех лет, проведенных мною в разъездах по Франции, я получил звание Franc-Comtois le Décidé.

Жить в согласии с другими людьми, делиться, принимать, отдавать — это те ценности, которые на сегодняшний день находятся под угрозой исчезновения у молодежи, предпочитающей закрыться в своей комнате и играть в видеоигры. Находясь в обществе Компаньонов Долга, я научился упорству и стремлению всегда делать свою работу качественно. Этот опыт побудил меня помогать моим ученикам не сбиться с выбранного пути, воспитывать в них уважение к окружающим и добиваться уважения к себе. Я верю в людей. В каждом запутавшемся в жизни человеке всегда есть что-то светлое, что может позволить ему обрести свой путь, если он не откажется от предложенной ему помощи. Я очень рад, что в настоящее время общество Компаньонов Долга открыто для женщин, чего не было раньше. Некоторые из них становятся выдающимися каменщиками и пекарями.

---

[1] Речь идет о ЮНИФИЛ, временных силах ООН в Ливане. — *Прим. пер.*

[2] Les Compagnons du Devoir — союз молодых людей, изучающих традиционные ремесла. Целью таких союзов является оказание взаимной помощи в передвижении по стране, предоставление работы и правовой защиты. — *Прим. ред.*

По настоятельной просьбе общества меня пригласили разработать образовательные программы для будущих учеников. Параллельно с этим я уже вел занятия по просьбе Национального Института Хлебопекарного и Кондитерского Производства (l'Institut national de la boulangerie-pâtisserie, INBP), крупнейшей в этой сфере образовательной школы Франции для взрослых. Сначала эти занятия проводились в Учебных Центрах для Подмастерьев (les Centres de Formation d'Apprentis, CFA), а затем переместились в пекарни. Мы проводили две или три ночи, разъясняя пекарям принципы организации их работы. При этом важно было оставаться предельно толерантными и не задеть ничьих чувств. Этот опыт закалил мой характер. Именно тогда я и Патрик Кастанья, еще один уважаемый педагог из INBP, поняли, что пекари, отказавшиеся после войны от использования закваски, хотели вернуться к ней, но не до конца понимали, каким образом это можно осуществить. В итоге в 1992 году мы создали консультационную компанию по хлебопечению (Panis Victor) и начали развивать концепцию разработки установки для производства натуральной жидкой закваски. В связи с этим от мельников требовалась пшеничная мука более старого типа, более качественная, но на тот момент не производившаяся вследствие низких урожаев. В результате вся хлебопекарная индустрия, от обработки полей до непосредственно выпечки, подверглась пересмотру. Мы разрабатывали нашу концепцию совместно с пекарским отделом шведской компании «Электролюкс». Таким образом, мне представилась возможность попутешествовать по всему миру с целью реализации нашего проекта. Установка для производства натуральной жидкой закваски получила приз на выставке «Еврохлеб» 1994 года.

13 сентября 1996 года я открыл мою первую булочную в Париже по адресу улица Монж, 8. На это отчасти меня вдохновило воспоминание о пекарне моего отца. Я хотел воспроизвести образы классических булочных с каменными печами. Наша команда стремилась к тому, чтобы заставить людей забыть печальный вид витрин с унылыми багетами, завернутыми в пищевую пленку. Гарантированное качество муки, брожение на закваске, принцип замешивания теста, адаптированный для приготовления высококачественного продукта, — все это без сомнения способствовало возвращению у французов интереса к хлебу со сложными ароматами и нежным воздушным мякишем. Сегодня я летаю с континента на континент, чтобы открывать новые пекарни в различных странах мира и знакомить людей с французским хлебом. Но, откровенно говоря, мне не хватает порой непосредственного взаимодействия с тестом, и зачастую я чувствую необходимость вернуться в пекарню и заняться выпечкой хлеба.

Эрик Кайзер

Основы хлебопечения

Мука

Испечь превосходный хлеб можно из любого вида муки, но при одном условии: она должна быть высшего качества. Если вы поклонник хлеба и к тому же любите готовить его сами, вам непременно захочется испробовать в этом деле различные виды муки. Но на первых этапах освоения хлебопечения я советую вам использовать пшеничную муку Т65.

Мука вчера и сегодня

Качество готового хлеба в первую очередь зависит от качества используемых для его приготовления ингредиентов, и только затем от самого способа приготовления. Кризисы, сотрясающие сельскохозяйственную промышленность, заставляют нас быть очень бдительными. Со времен Второй мировой войны сельскохозяйственная культура ориентирована на показатели рентабельности куда больше, чем на уровень качества продукции и ее пищевой ценности. Были выведены сорта пшеницы, позволяющие собирать невероятно высокие урожаи с одного гектара. В 1970–1980-х годах хлеб перестал иметь какой-либо вкус. Все это привело к тому, что связка зерно–мука–хлеб оказалась под угрозой.

На сегодняшний день мельники предлагают муку, полученную из различных видов старого зерна, когда-то выращиваемого в наших регионах, но в какой-то момент исчезнувшего из производства в связи с низкой рентабельностью. Эта мука дарит хлебу прекрасную пигментацию, исключительный список питательных веществ, а также невероятные цвет и аромат хлебного мякиша и корочки. Она позволяет образовывать клейковинную сеть, способную выдерживать давление углекислого газа, при этом не придавая тесту резиновой текстуры. Этот феномен объясняется высоким качеством белков, которое в данном случае является более приоритетным, нежели их количество (близкое к 10–12 %). Мои мельники работают с теми фермерами, которые ведут разумное и контролируемое сельское хозяйство (CRC[1]).

[1] CRC (*англ.* Cyclic redundance check) — Циклический избыточный код. — *Прим. пер.*

Нужно ли выбирать органическую муку?

Изначально я отдавал предпочтение органической муке, но, в конце концов, понял, что ее цена чрезмерно высока и совершенно обескураживает покупателей. Задумываясь об органическом земледелии, по определению исключающем пестициды и инсектициды, я неизменно задаюсь вопросом, а не загрязняются ли поверхности используемых для него земель вследствие близкого расположения с другими землями, где происходит культивация, соответствующая совершенно другим принципам. Разумное и контролируемое сельское хозяйство (CRC) предлагает преимущества органического подхода без каких-либо изъянов. Оно является разумным, так как при нем отдается предпочтение использованию сырья и способам осуществления земледелия, гарантирующим качество конечной продукции и уважение к окружающей среде. Речь идет о том, чтобы проявлять рассудительность, избавляться от инсектицидов и пестицидов, опасных для здоровья, без их тотального уничтожения и смириться с более низким урожаем с одного гектара. Этот метод кажется менее стеснительным и в каком-то смысле более реалистичным.

Какая мука подойдет для вашего хлеба?

Если вы приобретете в магазине первую попавшуюся пачку с мукой, вместе с ней вы получите массу проблем при попытке испечь качественный хлеб. Дело в том, что скорее всего вам попадется мука Т55, изготовляемая из пшеницы, выращиваемой с использованием пестицидов и инсектицидов, «улучшаемая» при помощи аскорбиновой кислоты, с добавлением глютена и прочих разрешенных к использованию добавок.

Внимательно читайте этикетку на упаковке при выборе продукта в магазине: не страшно, если в составе есть энзимы, отвечающие за улучшение процесса брожения, но помимо них ничего другого

быть не должно. Преимущество использования муки CRC или органической заключается в возможности обладать достоверной информацией о продукте. Вы должны осознавать, что вы будете есть именно то, что вы замешиваете в тесто.

Типы муки

Мука классифицируется по «типу», соответствующему большему или меньшему присутствию оболочки зерна (внешней части зерна, называемой также отрубями) и обогащенности минеральными веществами. Чтобы определить этот показатель, небольшое количество муки сжигают при 900 °C. Будучи не поддающимися горению, оставшиеся минеральные вещества или «пепел» используются для определения типа муки. Пшеничная мука T65, которую я вам настоятельно рекомендую к использованию (если в рецепте не дано каких-либо других указателей), соответствует показателю пепла 0,62–0,75 %.

На сегодняшний день все большую популярность приобретает мука не столь белоснежная, с показателем пепла равным или превышающим отметку в 0,75 % (мука T80, T110 и T150). Цельнозерновая мука всегда будет содержать больше зерновых оболочек, которые могли контактировать с пестицидами и инсектицидами. Выбирая подобные типы муки, приобретайте органическую или CRC продукцию.

Наиболее часто подобная типология применяется к обычной пшенице, но при этом ту же категоризацию можно применить и к прочим зерновым культурам, таким как полба, однозернянка и рожь. Если вы предпочитаете муку из таких зерновых, как полба и однозернянка, считающихся предками пшеницы, учтите, что тесто в этом случае потребует от вас большего внимания, так как клейковинные сети этих видов муки более хрупкие.

Состав пшеничного зерна

Зерно пшеницы состоит из трех частей: мучнистого ядра, состоящего из крахмала и клейковины (81–83 % от всего зерна), зародыша (2–3 %) и нескольких слоев оболочек, богатых волокнами и минералами (14–17 %). Крахмал, будучи медленным углеводом, играет важную роль в хлебопечении в процессе действия дрожжей, отвечающих за подъем теста. Глютен (или клейковина), являясь совокупностью белков, присутствует в пшенице, полбе, муке Kamut®, однозернянке, а также в меньшем количестве во ржи, овсе и ячмене. Наличие глютена позволяет получать податливое, эластичное и однородное тесто. Именно благодаря ему хлеб приобретает воздушный мякиш. Что же касается зародыша, то он богат витаминами и минералами.