

Лилия Шайдуллина

ВКУСНОГО ВАМ ХЛЕБА

Выпечка на закваске



Издательство АСТ
Москва

УДК 641.55
ББК 36.997
Ш17

Шайдуллина, Лилия Асгатовна.

Ш17 Вкусного вам хлеба. Выпечка на закваске / Шайдуллина Л.А. — Москва: Издательство АСТ, 2026. — 192 с. — («Дело вкуса»)

ISBN 978-5-17-171956-2

Лилия Шайдуллина — кулинарный блогер канала ПРОСТОРЕЦЕПТ. Более десяти лет занимается изучением и приготовлением полезного домашнего хлеба и выпечки на закваске. В своей книге Лилия делится опытом приготовления заквасок и работы с тестом, а также на доступном языке объясняет процессы, происходящие в тесте на разных этапах.

Моя цель — чтобы каждый желающий смог испечь свой домашний хлеб, даже если он никогда не замешивал тесто. Почувствовал этот неповторимый аромат настоящего хлеба, когда им наполняется весь дом. Ощутил вкус своего хлеба, когда кусаешь его ещё горячим, потому что не можешь удержаться, чтобы не попробовать. Прочувствовал все эти невероятные эмоции радости от начала приготовления и до момента рождения хлеба.

Лилия Шайдуллина

Откройте для себя магию домашней выпечки с книгой «Вкусного вам хлеба. Выпечка на закваске». Погрузитесь в мир ароматного, свежесдобитого хлеба, который не только радует вкусом, но и наполняет дом теплом и уютом. Узнайте секреты создания идеальной закваски, освоите простые и изысканные рецепты, а также получите советы по выбору ингредиентов и техникам замеса. Эта книга — ваш надежный путеводитель в мир натуральной выпечки, который вдохновит вас на создание своего уникального хлеба.

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-17-171956-2

© ООО «Издательство АСТ», 2026.
© ООО Шайдуллина Л.А., текст, 2026.



От автора

Насколько интересна и непредсказуема наша жизнь...

Моя история знакомства с закваской началась более десяти лет назад. На просторах интернета появилась небольшая статья о закваске и хлебе на ней. Описание было простое, доступное, и я сразу попыталась вывести свою закваску. В мечтах я уже держала в руках горячий ароматный хлеб. Но меня постигла неудача, и тогда я поняла, что всё дело было в условиях, и больше не пробовала, а выжидала лучшего момента. И конечно, когда он настал, я вывела свою пшеничную закваску без весов, просто доверившись интуиции. Методом проб и ошибок я пекла хлеб, искала информацию и применяла её. С каждым разом получалось всё лучше, знаний и опыта становилось больше, стало приходить понимание, как нужно работать с тестом на закваске, и я начала делиться рецептами в своем кулинарном блоге.

Для многих хлеб на закваске тоже был в новинку, посыпалось множество вопросов, что это такое, как вывести, как приготовить. А после я стала получать огромное количество благодарностей, которые до сих пор пишут мне каждый день подписчики, за то, что помогаю им в выпечке своего вкусного и полезного домашнего хлеба, делюсь опытом и знаниями, вселяю в них уверенность.

Выпечка хлеба это прекрасный творческий и увлекательный процесс. Он не отнимает много времени, но научит вас терпению и анализу. Вы с лёгкостью можете заниматься любыми другими делами, но когда из духовки донесётся аромат свежего хлеба, вы ощутите восторг и радость и поймёте, насколько это чудесно и легко! Аромат горячего хлеба окутает ваш дом и навсегда останется с вами.

Приготовление хлеба — это невероятный волшебный процесс, с которым я вас познакомлю в этой книге. И я точно знаю, что у вас тоже всё получится!





О хлебе

Хлеб — это неотъемлемая часть нашей с вами жизни. Невозможно представить себе любой стол — хоть праздничный, хоть будний — без Хлеба! Он всегда был, есть и будет!

Именно с хлебом связано огромное количество пословиц и поговорок. И все они про любовь к нему, уважение, труд, достаток и жизненную силу. Не так давно наши с вами бабушки и прабабушки делали тесто на закваске и сами пекли хлеб в печах. И практически в один миг мы потеряли эти знания!

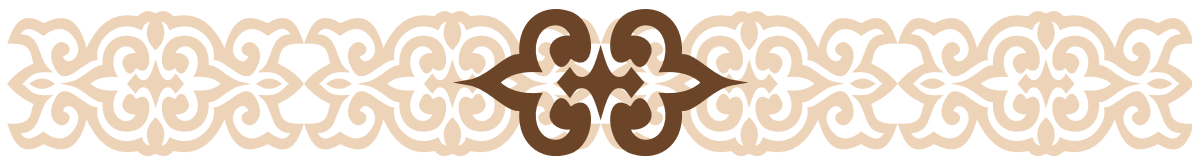
В связи с быстрым развитием городов за самый короткий срок мы разучились готовить простой домашний хлеб. Ведь намного проще стало купить готовый продукт (или вообще не употреблять хлеб) и не усложнять себе жизнь — он доступен в любом продуктовом магазине. Но сколько важных микроэлементов и витаминов будет упущено, если хлеб приготовлен не правильно. Хлеб — это продукт каждодневного потребления, и его качество является важной составляющей здоровья каждого человека.

Сейчас происходит возрождение технологий приготовления хлеба на закваске. С каждым годом всё больше открывается небольших ремесленных пекарен, которые взяли на себя смелость выпекать такой хлеб. Проводятся мастер-классы, курсы и уроки по его выпечке, информация собирается, её становится очень много и она доступна каждому. Это лучшее, что мы можем дать хлебу в наше время — возрождение традиций хлебопечения, их сохранение и передача будущим поколениям.

Когда вы начнёте изучать хлебопечение и готовить свой домашний хлеб, то поймёте, что он очень разный. Вы узнаете, что у каждого хлеба есть свой характер: вкус, форма, корочка, мякиш, аромат, цвет, пористость и т. д. Казалось бы, для приготовления хлеба практически каждый раз используются одинаковые основные ингредиенты, но, чуть изменяя технологию ведения теста, меняя пропорции продуктов, регулируя температуру теста, меняя режимы выпечки, вы получаете совсем иной вкус. Вы никогда не спутаете нарезной батон с тартином, а простой формовой хлеб с подовым. Они все прекрасные, со своим характером и душой!

Хлеб на закваске станет для вас настоящим источником пользы, вдохновения и творчества. Все технологические процессы очень просты, но важно разобраться в теории, которую я постаралась дать кратко и ёмко. Изучайте, готовьте, анализируйте свои действия и обязательно наслаждайтесь этим прекрасным процессом создания своего хлеба!

ХЛЕБ НА СТОЛ, И СТОЛ — ПРЕСТОЛ. ХЛЕБА НИ КУСКА, И СТОЛ — ДОСКА



Ингредиенты для хлеба и выпечки

Мука

Самый важный и главный ингредиент в любой выпечке — это мука. И от её качества зависит конечный результат.

Мукой называют продукт, который был получен путём измельчения зерна. Чаще всего для выпечки используется мука из пшеницы и ржи. Сейчас большую популярность получили и другие виды муки из разных зерновых культур: кукуруза, ячмень, гречка, овсянка, рис и т. д. Вся мука классифицируется по виду, сорту и типу.

Вид муки определяется зерном, из которого она получена, например, пшеничная, ржаная, рисовая, ячменная, гречневая, овсяная и т. д.

Сорт муки — это основной показатель качества выработки зерна, т. е. то, сколько получилось муки после помола зерна. Пшеничная мука вырабатывается шести сортов: крупчатка, высший сорт, первый сорт, второй сорт, обойная и цельнозерновая.



Пшеничный хлеб формовой

Если вы уже решились на выпечку хлеба и у вас активная хорошая закваска, то я предлагаю начать именно с этого пшеничного. Тесто для него можно готовить как на пшеничной закваске, так и на ржаной. Это чудесный хлеб на каждый день, с тонким пшеничным ароматом и пушистым мякишем. Он очень прост в приготовлении. С этим базовым рецептом хлеба вы сможете отработать навыки ведения теста, поэкспериментировать с мукой и количеством воды, а также формовкой хлеба. Это очень вкусный пшеничный хлеб, который всегда будет радовать вас своим вкусом!

Ингредиенты

Для опары:

- 15 г пшеничной / ржаной закваски
- 100 мл воды
- 100 г пшеничной муки высшего сорта

Для теста:

- 200 г пшеничной опары
- 600 г пшеничной муки высшего сорта
- 410 мл воды
- 10 г соли
- 2 хлебные формы Л-10

Приготовление

1. Для опары в миске смешайте воду и закваску, добавьте муку, перемешайте и накройте плёнкой. Оставьте на столе на 10-12 часов для созревания.
2. Для теста в миску отмерьте воду и добавьте созревшую опару, перемешайте. Сыпьте всю муку и вымесите тесто до увлажнения и объединения всех ингредиентов. Тесто на этом этапе должно быть рваное и неоднородное. Накройте миску и оставьте на аутолиз на 30-40 минут.
3. После отдыха добавьте в него соль и начните вымешивать тесто. Замешивайте сначала в миске, а потом на столе, растягивая и складывая тесто. Соль должна полностью раствориться, а поверхность теста стать гладкой. Переложите его в миску, смазанную маслом, накройте и оставьте на брожение на 3-4 часа на столе. За это время тесто должно хорошо увеличиться в объёме, минимум в два раза.
4. Формы для хлеба смажьте тонким слоем масла.
5. Выброженное тесто выложите на припылённый мукой стол и разделите на две одинаковые части. Соберите края теста к середине, переверните и подкатайте, дайте отдохнуть 10 минут.
6. Возьмите заготовку и переверните швом наверх, слегка распределите в пласт и сверните в рулет, подтягивая тесто на себя, чтобы получилось натяжение на поверхности заготовки. Выложите в форму. Также сформируйте вторую буханку.
7. Накройте формы полотенцем и оставьте на расстойку на 2-2,5 часа.
8. Духовку заранее разогрейте до 250°C.
9. На расстоявшемся хлебе сделайте по одному надрезу лезвием. Слегка опрыскайте водой и выпекайте при 250°C первые 15 минут с паром, а затем ещё 30-35 минут при 220°C до готовности.
10. Готовый хлеб освободите от форм и остудите на решётке.
11. Вкусного вам хлеба!



Кукурузный хлеб

Кукурузный хлеб у многих пользуется огромной популярностью. И я думаю, что дело всё-таки не только в кукурузной муке и её пользе, но и в прекрасном ярком солнечном цвете этого бесподобного хлеба. Он точно поднимет вам настроение не только своим чудесным видом, но и вкусом. Хлебушек получатся с тонкой хрустящей корочкой, нежным восхитительным мякишем и с лёгким едва уловимым ароматом куркумы. А так как этот хлеб готовится с заваренной кукурузной мукой, он дольше остается мягким и свежим. Из этого хлеба мне очень нравится готовить гренки, они получаются самыми нежными и вкусными.

Ингредиенты

Для опары:

- 10 г пшеничной закваски
- 50 мл воды
- 50 г пшеничной муки высшего сорта

Для заварки:

- 120 г кукурузной муки
- 250 мл горячей воды 90–100°C

Для теста:

- 270 г пшеничной муки высшего сорта
- 20 г мёда
- 20 г сливочного масла
- 5 г соли
- 1/2 ч. л. куркумы
- вода, в зависимости от теста, примерно 20–90 мл

Приготовление

1. Для опары в миске смешайте воду и закваску. Добавьте муку и перемешайте, накройте плёнкой и оставьте на созревание на 8-10 часов.
2. Для заварки в отдельной миске залейте кипятком кукурузную муку, перемешайте, чтобы не было комочков. Накройте плёнкой и оставьте на 8-10 часов.
3. Когда опара и заварка будут готовы, замесите тесто. Для этого в миске соедините заварку, созревшую опару и куркуму, всё перемешайте. Добавьте пшеничную муку и начните замешивать тесто. Если тесто плотное, то понемногу подливайте воду по столовой ложке. Оно должно быть не плотным. Накройте миску с тестом плёнкой и оставьте на аутолиз на 30 минут. Количество воды будет зависеть от того какой получилась кукурузная заварка, а это уже определяется качеством и помолом первоначального сырья.
4. После поочередно вмешайте в тесто сначала мёд, затем соль и в самом конце добавьте сливочное масло. Продолжите вымешивать тесто около 10 минут.
5. Выложите тесто в миску, слегка смазанную маслом, накройте плёнкой и оставьте на брожение на 2,5-3 часа при 23-25°C. Тесто должно увеличиться в объёме минимум в два раза.
6. Выброженное тесто выложите на стол, соберите края к середине и подкатайте. Оставьте отдохнуть на 10-15 минут.
7. Расстоечную корзинку присыпьте кукурузной мукой. Снова округлите заготовку и подкатайте. Выложите в корзинку швом наверх, накройте и оставьте на расстойку на 1,5-2 часа.
8. Разогрейте духовку до 250°C. Расстоявшуюся заготовку аккуратно переверните на пергамент, присыпьте мукой, лишнее отряхните и лезвием или острым ножом сделайте надрезы. Выпекайте хлеб при 250°C первые 15 минут с паром, затем при 220°C ещё 20-25 минут до готовности.
9. Готовый хлеб остудите на решётке.
10. Вкусного вам хлеба!



Содержание

От автора	3
О хлебе	4
Ингредиенты для хлеба и выпечки	5
Инвентарь	12
Закваска	15
Выведение ржаной закваски	16
Выведение пшеничной закваски 100 % влажности	19
Тесто	25
Ведение пшеничного теста	28
Расстойка теста	39
Надрезы и насечки на заготовке	40
Выпечка	42
Создание пара, парообразование	43
Как хранить хлеб	44
Ведение ржаного теста	45
Замес ржаного теста	47
Брожение теста	48
Формовка хлеба	49
Расстойка хлеба	51
Самые частые вопросы	53
Хлеб на пшеничной закваске	57
Пшеничный хлеб формовой	58
Простой пшеничный хлеб на раз, два, три!	60
Хлеб «Молочный»	62
Пшенично-ржаной хлеб «Любимый»	64
Фокачча	66
Пшеничный хлеб с ароматным укропом	68
Пшеничный хлеб с отрубями	70
Овсяный хлеб «Богатырь»	72
Пшеничный подовый хлеб	74
Хлеб «Три семечки»	76
Хлеб «Гречневый»	78
Хлеб с картофельным пюре	80
Кукурузный хлеб	82
Хлеб «Барвихинский»	84
Цельнозерновой пшеничный хлеб	86
Пшеничный хлеб «Хуторская булка»	88
Тыквенный хлеб	90

Хлеб на квасном сусле	92
Хлеб «Карельский»	94
Хлеб «Боярский»	96
Хлеб с морковью и орехами	98
Хлеб «Злаковый»	100
Десертный хлеб с какао и клюквой	102
Хлеб «Колоски»	104
Батоны.	107
Батон «нарезной»	108
Батон «Молочный»	110
Батон сливочный со льном	112
Батон «Горчичный»	114
Багет на пшеничной закваске со льном	116
Калачи	118
Хлеб на ржаной закваске	123
Простой ржаной хлеб	124
Хлеб «Дарницкий»	126
Цельнозерновой пшенично-ржаной хлеб с семечками	128
Хлеб «Российский»	130
Ржаной хлеб с кунжутом	132
Подовый ржаной хлеб	134
Ржаной хлеб с грецким орехом и черносливом	136
Ржаные краюшки	138
Ржаные булочки на квасе	140
Бородинский хлеб	142
Шведский хлеб Силла	144
Хлеб «Нарочанский»	146
Сдоба на закваске	149
Сайки с изюмом	150
Булочки для бутербродов	152
Булочки «Тыковки» на пшеничной закваске	154
Булочки «Синнабон»	156
Пироги постные с разными начинками	158
Пирожки с вишней	160
Сдобный пирог с творогом и ягодами	162
Рождественский штоллен	164
Каравай «Праздничный»	166
Пасхальные куличи «Чудесные»	168
Выпечка на остатках закваски.	171
Тонкие блины на пшеничной закваске	172
Ажурные блины на ржаной закваске	174
Оладьи на закваске	176
Тонкий лаваш на остатках закваски	178
Хлебные палочки «Гриссини»	180
Кекс на остатках закваски	182
Напитки	185
Квас «Тёмный» на закваске	186
Квас «Белый» со смородиновым листом	188