

Kiselo tijesto, Sauerteig

Kiselo tijesto ili *njem.* Sauerteig se proizvodi iz raženog brašna i vode u višednevnom postupku. Takvo tijesto sadrži mlječne gljivice te kisele kvasce. U raženom brašnu prisutni mikroorganizmi uz dodatak vode i pri povišenoj temperaturi počinju proces razgradnje i pri tome stvaraju ugljični dioksid i kiseline vrenja. Posebnost kiselog tijesta je da se može praktički u nedogled upotrebljavati, kada se jednom stvori kultura u njemu, sa dijelom starog kiselog tijesta se cijepi novo tijesto i tako dalje.

Da bi kiselo tijesto bilo spremno za uporabu potrebna su min. 4 dana, ali je najbolji rezultat nakon šta se dohranjuje 10-tak puta.

Šta je dohranjivanje, kasnije u tekstu.



Kiselo tijesto priprema 1. dan

- 150 g raženog brašna
- 150 g vode

Raženo brašno se dobro zamješa sa vodom. Smjesa raženog brašna i vode, tj. buduće kiselo tijesto, sauerteig se stavi u pogodnu posudu sa poklopcem te se zatvori najlonom i na toplom mjestu (20-22°C) ostavi 24 sata.

Pripazite pri nastajanju kiselog tijesta nastaju plinovi, pa odaberite pogodnu (veću posudu) koju nemojte hermetički zatvarati.



Kiselo tijesto priprema 2. dan

- 150 g raženog brašna
- 150 g vode

U smjesu od dana prije dodamo opet 150g raženog brašna, 150 g vode te se zamješa, zatvori najlonom i na toplom mjestu (20-22°C) ostavi 24 sata.

Postupak kao i prvi dan.



Kiselo tijesto priprema 3. dan

- 150 g raženog brašna
- 50 g vode

U smjesu od dana prije dodamo opet 150g, ali samo 50g vode (već je dosta mekano) te se zamješa. Sada već vidimo djelovanje bakterija i tijesto počinje dobivati miris, koji baš nije ugodan.

Miris je kiseo, ali se tako jak miris gubi u pečenju, a i sljedećim nadohranama. Boja ne smije biti zelena (gljivice) nego roskasta, što rozastija to bolje.

Ponovno se sve zatvori najlonom i na toplom mjestu (20-22°C) ostavi 24 sata.

4. dan možemo kiselo tijesto ili sauerteig koristiti za pečenje.

Prije nego smo ga umješali u brašno za pečenje kruha, odvojite 150 g u staklenu posudu sa šarafom i stavite u hladnjak. Posudu ne zatvarajte do kraja jer se u kiselom tijestu još uvijek događaju kemski procesi pri kojima je nus produkt ugljični dioksid.

Kod sledećeg pečenja umješajte u kiselo tijesto iz hladnjaka, u omjeru 1:1, raženo brašno i vodu te zamješajte, ovo se zove nadohrana. Opet odvojite 150 g u staklenku i tako svaki puta ponovno. Nakon 10 puta je kiselo

tijesto najbolje. Koliko puta se stvarno da nadohranjivati nisam probao, premda kažu pekari da to ako se radi u čistim uvjetima može trajati godinama. Kiselo tijesto možete i smrznuti, nakon odmrzavanja (polako, nikako naglo) kiselo tijesto je opet spremno za uporabu.

Pokušajte doći do raženog brašna (fino mljevenog) direktno kod mlinara u prodavaonicama bio hrane. Raženo brašno iz dućana ima u sebi i drugih sastojaka koji mogu nepovoljno utjecati na proizvodnju kiselog tijesta, sauerteiga.



www.moja-kuhinja.com