

Ароматная выпечка

ПОВАР

Повар

Илья Мельников
Ароматная выпечка

«Мельников И.В.»

2012

Мельников И. В.

Ароматная выпечка / И. В. Мельников — «Мельников И.В.»,
2012 — (Повар)

ISBN 978-5-457-14314-2

Из книги вы узнаете, что пищевая ценность изделий из теста зависит от содержания в них углеводов (крахмала), а также растительных белков, жиров и витаминов группы В и РР. Со сливочным маслом вводится в изделия из теста и витамин А. Вы научитесь готовить ароматные пышные изделия из теста, которые не оставят равнодушным любого, даже заядлого гурмана.

ISBN 978-5-457-14314-2

© Мельников И. В., 2012

© Мельников И.В., 2012

Содержание

ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА	5
ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО	6
БЕЗОПРАНОЕ ТЕСТО	7
ОПАРНОЕ ТЕСТО	8
ПОДГОТОВКА ИЗДЕЛИЙ К ВЫПЕЧКЕ	9
ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА	10
ТЕСТО ДЛЯ БЛИНЧИКОВ, БЛИНОВ И ОЛАДИЙ	11
ТЕСТО ДЛЯ ЛАПШИ И ПЕЛЬМЕНЕЙ	12
ПРИГОТОВЛЕНИЕ ФАРШЕЙ	13
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Илья Мельников

Ароматная выпечка

ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА

Пищевая ценность изделий из теста зависит от содержания в них углеводов (крахмала), а также растительных белков, жиров и витаминов группы В и РР. Со сливочным маслом вводится в изделия из теста и витамин А.

На предприятиях общественного питания готовят следующие виды теста: дрожжевое – опарное и безопарное; бездрожжевое – сдобное, бисквитное, заварное, песочное, слоеное; тесто для лапши, пельменей; жидкое тесто (кляр).

Основным показателем качества теста является пористость, рыхлость. Пористость теста имеет большое значение для лучшего усвоения изделий из него, так как крахмал, содержащийся в изделиях в большом количестве, непосредственно не усваивается организмом. Он должен предварительно гидролизироваться под действием ферментов до глюкозы. Эти ферменты в основном содержатся в слюне и поджелудочной железе. Чтобы обеспечить хорошую смачиваемость слюной, изделия из теста должны быть рыхлыми. Пористость теста достигается с помощью различных разрыхлителей. В качестве разрыхлителей используют дрожжи, пищевую соду и углекислый аммоний.

Дрожжи сбраживают сахар муки в спирт с образованием углекислого газа, который и разрыхляет тесто.

Пищевая сода (двууглекислая соль) легко растворяется в воде, а при соединении с кислотами и нагревании выделяет углекислый газ. Углекислый аммоний при нагревании расщепляется на газообразные продукты.

ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО

Сырье для приготовления дрожжевого теста – мука, вода, соль и дрожжи.

Дрожжевые грибки и попадающие вместе с ними в тесто молочнокислые бактерии вызывают брожение: первые – спиртовое, вторые – молочнокислое. Дрожжи в процессе жизнедеятельности сбраживают сахара муки до спирта и углекислого газа, который, стремясь выйти из теста, разрыхляет его и создает пористость, а молочнокислые бактерии сбраживают сахар с образованием молочной кислоты, которая способствует лучшему набуханию белков муки и улучшает вкус изделий.

Для получения изделий хорошего качества необходимо, чтобы тесто удерживало как можно больше образовавшегося в нем углекислого газа. Газоудерживающая способность теста зависит от свойств муки – "силы". "Сила" муки тем больше, чем больше в муке белков и чем выше качество клейковины. Тесто из такой муки больше поглощает воды, обладает хорошей газоудерживающей способностью, не расплывается, сохраняет приданную форму.

Следует, однако, помнить, что для жизнедеятельности дрожжей постоянно нужен кислород, углекислый газ подавляет деятельность дрожжей. Поэтому в процессе брожения тесто нужно обминать. При этом удаляется излишний углекислый газ и тесто обогащается кислородом. Наиболее благоприятная температура для развития дрожжей и молочнокислых бактерий 25-35° С. Повышение или понижение температуры замедляет развитие дрожжей и ухудшает процесс брожения теста. При температуре 45-50° С брожение прекращается.

Есть два способа приготовления дрожжевого теста: безопарный и опарный.

БЕЗОПРАНОЕ ТЕСТО

Продукты на 1 кг муки в (г): сахар -62, маргарин -25, соль— 15, дрожжи -25, вода -450.

Безопарным способом приготавливают тесто из муки с хорошей клейковиной и для получения теста слабой консистенции с малым количеством сдобы (тесто для пирогов, оладьев, блинов и т. д.). При безопарном способе все полагающиеся по рецептуре продукты замешивают в один прием. Процесс приготовления теста состоит из замеса и брожения.

В воде, подогретой до 30° С, растворяют дрожжи, соль, сахар, раствор процеживают через сито, затем кладут яйца и всыпают предварительно просеянную муку. Просеивают муку не только для того, чтоб очистить ее от загрязнений и комков, но и для того, чтобы обогатить муку кислородом для лучшего развития дрожжей. Тесто тщательно перемешивают вручную или в тестомесильных машинах, перед окончанием замеса добавляют растительное масло, при этом меньше разрушается клейковина. Готовность теста определяют по его однородности, отсутствию комков, кроме того, хорошо вымешанное тесто легко отстает от рук и стенок посуды.

Посуду с тестом накрывают чистой тканью и ставят для брожения в теплое место с температурой 30-35° С на 3-4 ч. В процессе брожения тесто обминают два раза. Для ускорения процесса можно добавить дрожжи. Окончание брожения определяется по внешним признакам: выбродившее тесто увеличивается в объеме в 2,5 раза; поверхность теста выпуклая, тесто приобретает приятный спиртовой запах.

ОПАРНОЕ ТЕСТО

При опарном способе сначала готовят опару – жидкое тесто, включающее 40% муки, 60% воды, 100% дрожжей.

Приготовление опары. В подогретую до 30-35°С воду (молоко) кладут измельченные дрожжи, после растворения дрожжей всыпают муку. Для активизации дрожжей можно добавить в опару до 4% сахара (к массе муки). Замешивают жидкое тесто. Опара должна иметь консистенцию густой сметаны и температуру 27-29° С. Поверхность опары посыпают тонким слоем муки, посуду сверху покрывают чистым полотном и ставят в теплое место для брожения на 1-2 ч в зависимости от качества дрожжей и муки, а также температуры. К концу брожения опара увеличится в объеме в 2-2,5 раза и на всей поверхности появятся лопающиеся пузырьки. Готовность опары определяется по внешним признакам: брожение начинает замедляться, пузырьки на поверхности уменьшаются и опара немного опадает. Тогда она готова.

В готовую опару добавляют оставшуюся воду с растворенными в ней солью и сахаром, вымешивают до полного соединения воды с опарой и вводят остаток просеянной муки и яйца. Тщательно перемешивают в течение 10-15 мин. В конце замешивания добавляют масло. Затем тесто ставят в теплое место для брожения на 1,5-2 ч. За это время производят одну-две обминки.

При приготовлении кислого теста с повышенным содержанием сдобы в тесто после первой обминки кладут вторую порцию растопленного до консистенции сметаны сливочного масла, перемешанного с сахаром и яйцами, тщательно вымешивают тесто и ставят в теплое место для брожения, через 25-30 мин делают обминку. Из дрожжевого теста готовят пирожки, ватрушки, пончики, кулебяки, расстегаи и др.

ПОДГОТОВКА ИЗДЕЛИЙ К ВЫПЕЧКЕ

Готовое тесто выкладывают на посыпанный мукой или смазанный растительным маслом (для жареных изделий) стол и разделяют. Тесто делят на куски требуемой массы вручную или на тестоделительной машине. При разделке вручную тесто раскатывают жгутом на столе и делят ножом или рукой на порции, придают форму шариков и укладывают на стол на 3-5 мин для предварительной расстойки, чтобы создать условия для брожения. Затем из шариков формуют различные изделия, укладывают их на листы, смазанные маслом, и ставят на 25-30 мин для расстойки в теплое влажное место. В процессе разделки из теста частично выделяется углекислый газ и объем его уменьшается. При расстойке объем снова увеличивается за счет накопления углекислого газа и изделие становится пористым. Если изделия плохо расстоятся, то они при выпечке дают трещины, получаются плотными, мелкими. Если изделия слишком долго расстаивались, то они получаются плоскими, расплывчатыми, без глянца и рисунка. Для улучшения внешнего вида выпекаемого изделия поверхность его перед выпечкой смазывают яйцом, яйцом с молоком или меланжем. Наиболее красивый глянец получается при смазывании изделий желтком. Яйца или меланж перед использованием слегка разбивают венчиком и смазку процеживают через сито. Наносят смазку волосной мягкой кисточкой осторожно, чтобы не помять расстоявшиеся изделия, за 5-10 мин до посадки в кондитерскую печь. Выпекают изделия при температуре 190-230° С. Время выпечки зависит от размера изделий. Температура печи при выпечке крупных изделий должна быть ниже, чем при выпечке мелких, так как это позволяет постепенно пропекать изделия и предупредить их подгорание.

Процессы, происходящие при выпечке изделия из теста. В начале выпечки масса изделий повышается за счет конденсации влаги на их поверхности. Затем влага перемещается в центр изделия. Температура верхнего слоя повышается, что вызывает карамелизацию сахара в поверхностных слоях и образование поджаристой корочки. Изделия увеличиваются в объеме за счет испарения спирта и, кроме того, увеличения давления водяных паров.

При нагревании изделия до температуры 65-80° С крахмал клейстеризуется, поглощая воду, которая выделяется белками при их свертывании. При свертывании белки уплотняются и закрепляют пористость теста.

Влажность внутри изделия до конца выпечки остается высокой и выравнивается только при охлаждении. Общая потеря воды при выпечке (упек) составляет 12-15%. Готовность изделия определяют органолептически по цвету корочки, консистенции мякиша на изломе, массе, а также прокалыванием их тонкой лучиной. Отсутствие следов теста па лучине после ее извлечения из изделия указывает на его готовность.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА

Пирожки жареные. Тесто для пирожков жареных готовят бозопарным способом слабой консистенции. Подготовленное тесто охлаждают перед разделкой до 10° С, чтобы оно не перекисло во время разделки. Готовое тесто выкладывают на предварительно смазанный растительным маслом стол. Разделяют на порционные куски, расстаивают 3-5 мин и раскатывают на лепешки толщиной 4-5 мм. На середину лепешки кладут фарш, перегибают ее и плотно соединяют края. Придают изделию форму полумесяца, укладывают на смазанный маслом противень и ставят в теплое место для расстойки на 20-30 мин, после чего каждый пирожок немного растягивают в длину и опускают в подогретый до 160-170° С фритюр, жарят 2-3 мин.

Изделия должны свободно плавать в жире. Перевертывают их длинной деревянной лопаточкой. Следует наблюдать за температурой жира, так как пирожки, обжариваемые в перегретом жире, приобретают темную окраску, оставаясь сырыми внутри, а в недостаточно нагретом жире приобретают неприятный салитый вкус. Вынимают пирожки шумовкой или металлической сеткой, погруженной в жир до жаренья.

Готовность пирожков определяется по цвету корочки или на излом. Пирожки выпускают: с мясом и яйцами, ливером и луком, рыбой и рисом, рисом и яйцами, творогом, капустой и яйцами, повидлом и джемом. Для пирожков с повидлом и джемом норма муки увеличивается на 3 г на порцию.

Пирожки печеные. Печеные пирожки готовят из опарного теста. Формуют изделия на подпыленном мукой столе в виде шариков массой 65 г. Через 5 мин шарики раскатывают в виде лепешек, на середину которых кладут 25 г фарша, края плотно соединяют и придают изделию форму лодочки. Укладывают пирожки швом вниз на смазанный жиром лист на расстоянии 3-4 см друг от друга и ставят в теплое место для расстойки на 20-30 мин. За 5-8 мин до выпечки их смазывают яйцами и выпекают в жарочном шкафу около 10 мин при 240° С.

Ватрушки. Из опарного теста формуют небольшие шарики, укладывают на листы, смазанные маслом, дают неполную расстойку и деревянным пестиком делают в середине углубление, которое наполняют начинкой из творога. Дают полную расстойку, смазывают яйцом и выпекают при 230-240°С.

ТЕСТО ДЛЯ БЛИНЧИКОВ, БЛИНОВ И ОЛАДИЙ

Блины. Мука -72, яйца -4, сахар -3, жир для теста -3, соль -1,5, дрожжи -3, вода для замеса теста -115, жир для жаренья -5. Выход -150.

Из приготовленного теста блины выпекают на специальных чугунных сковородках диаметром 15 см. На сковородку, предварительно смазанную жиром и сильно прогретую, наливают мерной ложкой тонкий слой теста и обжаривают с обеих сторон. При отпуске горячие блины складывают горкой по 2-4 шт. на порцию в круглый баранчик с крышкой или тарелку. Отдельно подают: в соуснике растопленное сливочное масло, сметану; в икорницах – икру кетовую или осетровую; на тарелке – семгу, сельдь, балык. В блинных для жаренья используют блинницы с открытой поверхностью.

Оладьи. Мука -83, яйца -4, сахар -3, соль -1,5, дрожжи -2,5, вода -83, жир для жаренья -9. Выход -150.

На хорошо разогретую чугунную сковородку или противень наливают жир, затем ложкой (предварительно смоченной водой, чтобы тесто лучше отставало) раскладывают подготовленное тесто более толстым слоем, чем для блинов. Можно выпускать тесто из кондитерского мешка. Обжаривают оладьи с обеих сторон.

Подают горячими по 2-4 шт. на порцию. При отпуске посыпают сахаром или сахарной пудрой, а также подают с вареньем, медом, сметаной или сливочным маслом.

ТЕСТО ДЛЯ ЛАПШИ И ПЕЛЬМЕНЕЙ

Тесто для пельменей. Просеянную пшеничную муку высшего или 1-го сорта насыпают горкой на стол с деревянной крышкой, в середине делают углубление, в которое вливают холодную воду с растворенной в ней солью и яйцами. Замешивают крутое тесто, постепенно захватывая внутренние слои муки. Тесто считается готовым, если при нажиге пальцем на поверхность замешанного теста образовавшееся углубление восстанавливается. Замешанное тесто оставляют на 20-30 мин закрытым салфеткой или кладут в посуду с крышкой для набухания белка. На 1 кг муки используют 400 г жидкости.

Тесто для лапши домашней. Готовят, как и для пельменей, но значительно круче, из муки крупчатки. На 1 кг муки используют 200 г воды.

Тесто для вареников. Готовят, как тесто для пельменей, но добавляют сахар, а вместо воды – молоко.

Тесто для блинчиков. Холодное молоко или воду соединяют с сырыми яйцами, солью, сахаром, хорошо перемешивают, затем высыпают просеянную пшеничную муку и все хорошо размешивают до получения однородного жидкого теста. После этого тесто процеживают через сито. На 1 кг муки используют 2,5 л жидкости.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ФАРШЕЙ

Фарш из капусты. Фарш готовят из свежей и квашеной капусты. Фарш из свежей капусты готовят двумя способами.

Первый способ. Обработанную белокочанную капусту мелко рубят и на 3-5 мин погружают в кипящую воду, затем откидывают на сито и отжимают. Отжатую капусту складывают в котел или кастрюлю, добавляют бульон, молоко или воду (10-15% к массе капусты), жир, соль, закрывают крышкой и припускают до готовности.

Второй способ. Подготовленную белокочанную капусту мелко рубят, кладут на противень с растопленным жиром слоем не более 3-5 см и жарят до готовности в жарочном шкафу при температуре 180-200° С, периодически помешивая. При более низкой температуре капуста приобретает бурый цвет и становится невкусной, а при более высокой может обуглиться. Готовую капусту охлаждают, добавляют соль. Солить капусту до жаренья или неохлажденную нельзя, так как при этом из нее выделяется влага, что снижает качество фарша. В готовую капусту добавляют мелкорубленые яйца.

Фарш из квашеной капусты. Капусту отжимают, а если она очень кислая, промывают в холодной воде и снова отжимают. Затем слегка поджаривают капусту с жиром, тушат с добавлением небольшого количества воды до тех пор, пока она не станет мягкой. В готовую капусту добавляют пассерованный лук и хорошо перемешивают.

Фарш из риса. Первый способ. Рис засыпают в кипящую воду (1:6) и варят 25-30 мин. Затем откидывают на сито и промывают горячей водой. В готовый рис кладут мелкорубленые крутые яйца, масло, соль и тщательно перемешивают. При этом способе во время промывания теряются питательные вещества.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.