

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)

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.

© 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
Конец ознакомительного фрагмента.	10

# **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°C 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 волосяной 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.

## **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.