



экспресс-рецепты



ГОТОВИМ В ХЛЕБОПЕЧКЕ



Сборник рецептов
Экспресс-рецепты.
Готовим в хлебопечке
Серия «Экспресс-рецепты»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6059227

*Экспресс-рецепты. Готовим в хлебопечке.: Питер; Санкт-Петербург;
2013*

ISBN 978-5-496-00204-2

Аннотация

Купили хлебопечку? Поздравляем, это ценнейшее приобретение для любого дома! Теперь вы сможете каждый день радовать своих домашних горячим хлебом и ароматной выпечкой! А книга подскажет простые, но оригинальные рецепты! Вы узнаете, как приготовить полезный цельнозерновой хлеб, а также безглютеновый, показанный даже диабетикам, научитесь печь французский хлеб с хрустящей корочкой и итальянский с травами и оливками. Множество рецептов посвящено хлебу с добавками: сухофруктами, орехами, отрубями, семечками, овощами, сырами. А сладкая сдоба с медом, фруктами, цукатами, шоколадом, ягодами не оставит равнодушными ваших детей. Одна из глав рассказывает о приготовлении теста для пиццы, пельменей, вареников, оладий,

печенья и булочек. В книге рассказано, как грамотно подобрать ингредиенты, добиться хорошего подъема теста и того, чтобы хлеб отлично пропекся, как не испортить его цвет и вкус несвоевременной добавкой фруктов или ягод, сделать корочку золотистой, как сохранить хлеб свежим надолго.

Содержание

Предисловие. Пять причин готовить в хлебопечке	5
Часть 1	10
Глава 1. Как правильно подобрать ингредиенты	10
Этапы приготовления блюд в хлебопечке	11
Выбираем муку	14
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Экспресс-рецепты.

Готовим в хлебопечке

Предисловие. Пять причин готовить в хлебопечке

Аромат свежее испеченного хлеба пробуждает в нас лучшие чувства и самые теплые воспоминания. Он дарит ощущения родного дома, где всегда ждут, радостной встречи с близкими людьми за круглым столом, светлые воспоминания о детстве. Этот великолепный запах заставляет позабыть о заботах дня, отвлечься от бесконечных мыслей и грустных переживаний.

Кстати, об этом прекрасно осведомлены психологи и маркетологи, которые совсем не случайно советуют предпринимателям располагать пекарни в больших торговых центрах. Известно, что запах свежее испеченного хлеба расслабляет покупателей и заставляет их совершать спонтанные покупки.

Хлеб – символ жизни, а также достатка и благополучия. С давних времен мы испытываем пиетет перед этим продуктом. Благоговение перед хлебом запечатлено в старинных русских пословицах и поговорках. А если вы откроете сонник, то узнаете, что хлеб снится к большой удаче, изобилию

в жизни и хорошей прибылью.

Однако купленная в магазине буханка далеко не всегда радует нас своим вкусом. Даже если мы не поленимся, зайдем после работы в какую-нибудь пекарню и купим горячий хлеб, дома, увы, мы подчас испытываем разочарование. Наша покупка уже не благоухает, от нее не текут слюнки, а вся семья не устремляется в ту же минуту к столу. Да, хлеб изменился. Это заставляет наших мам и бабушек тяжело вздыхать, вспоминая о том хлебе, что был некогда.

Вы хотели бы просыпаться от аромата свежее испеченного хлеба? Вы хотели бы, чтобы ваш муж, подходя к дому, вприпрыжку одолел все ступени лестницы, почувствовав восхитительный запах выпечки? Вы хотели бы прослыть прекрасной хозяйкой среди знакомых и соседей, захлеб обсуждающих ваши рецепты? В этом вам поможет хлебопечка.

Есть много причин готовить в хлебопечке, но мы выделим пять главных.

1. Хлеб, приготовленный своими руками, лучше слов или других поступков расскажет близким людям о ваших чувствах. Каждый зашедший к вам в дом человек уже с порога будет знать, что его ждут. Запах свежее испеченного хлеба приносит гармонию в семью, гасит любые конфликты и способствует взаимопониманию. Ведь невозможно ссориться, когда в кухне царят дивные ароматы. Некоторые психологи считают: если в вашем доме пахнет пирогами, муж никогда вас не покинет.

2. Если вы готовите сами, то твердо уверены в том, какие ингредиенты используете. А вот что положили в тот хлеб, который продается в магазине, вы не всегда знаете (просто ленитесь читать этикетку). В ваш хлеб не попадут никакие Е, консерванты и искусственные улучшители вкуса. В нем будут отобранные лично вами ингредиенты, и в результате вы получите великолепный по вкусу и качеству продукт, способствующий здоровью всей семьи.

Немаловажно, что все ингредиенты для выпечки можно купить в любом магазине.

3. Если вы готовите в хлебопечке, то экономите собственное время. Засыпьте необходимые продукты, выберите подходящий режим работы – и занимайтесь своими делами. Тесто само поднимется, а хлеб испечется без чьей-либо помощи. Причем именно тогда, когда вам нужно, – для этого следует лишь установить таймер.

А ведь именно временные затраты останавливали многих желающих вкушать хлеб, приготовленный своими руками. Благодаря хлебопечке, у которой есть и обычный, и ускоренный режим работы, эта проблема перестала существовать.

Не будем забывать и том, что вы экономите время, которое потратили бы на мытье посуды. После выпечки хлеба в хлебопечке требуется только прополоскать специальную форму – ведерко, а не мыть гору мисок.

4. Если вы используете этот чудесный прибор, то вам не нужно каждый день мучительно придумывать, что пригото-

вить детям и мужу на завтрак. В нашей книге приведено множество рецептов вкуснейшей выпечки, запах которой сведет на нет проблему утреннего подъема всей семьи. Если раньше вы не могли добудиться детей в школу, то теперь они будут просыпаться раньше вас – ароматы лучше любых слов поднимут малышек с постели. Вам лишь надо будет с вечера положить в хлебопечку необходимые ингредиенты и установить утренний режим готовки.

5. Хлебопечка устраняет проблему замеса теста. А значит, на вашем столе появятся пицца с хрустящей корочкой, аппетитные пельмени и вареники (и даже макароны!), беляши и манты, которые никого не оставят равнодушными. И все потому, что они приготовлены из домашнего теста. Нужно ли говорить, что их вкус будет кардинально отличаться от вкуса покупных пельменей или вареников.

Немаловажно, что некоторые модели хлебопечек позволяют делать варенье, джемы, фрукты в сиропе и другие вкусности.

В комплект многих хлебопечек входят мерный стакан (240 г) и мерная ложка (столовая и чайная, 15 и 5 г соответственно). Однако обращаем ваше внимание на то, что у хлебопечек разных моделей мерные стаканы могут различаться (посмотрите инструкцию своей хлебопечки).

Рецепты в книге приводятся в разных мерных величинах: в граммах, а также в столовых (чайных) ложках и стаканах (имеются в виду мерные ложки и стаканы). С помощью таб-

лицы вы сможете легко перевести одни единицы измерения продуктов в другие.

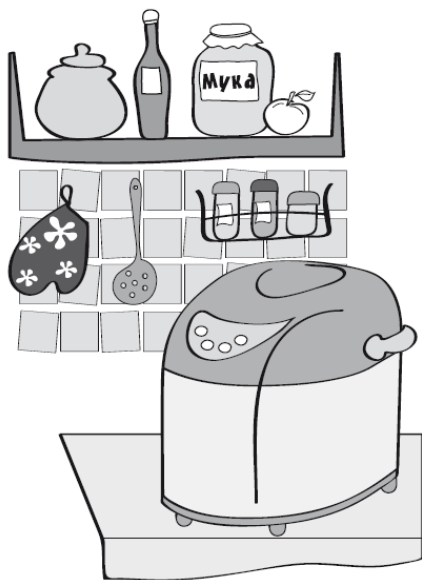
Если в комплект вашей хлебопечки не входят мерные принадлежности, вы можете приобрести их в магазине либо пользоваться столовыми (чайными) ложками и стаканами, которые обычно используются в быту.

Наименование продукта	Мерный стакан, г	Мерная столовая ложка, г	Мерная чайная ложка, г
Мука пшеничная	150	9	
Мука пшеничная цельнозерновая	130	9	
Мука ржаная	130	9	
Мука гречневая	175	12	
Мука овсяная	130	9	
Мука кукурузная	130	9	
Мука рисовая	180	12	
Соль мелкая			8
Соль крупная			7
Сахар-песок		15	5
Дрожжи сухие			4
Масло растительное		15	
Крахмал картофельный	135	8	
Хлопья гречневые	130	8	
Хлопья овсяные	100	7	
Солод ржаной красный		15	

Вес ингредиентов может несколько различаться, поскольку он зависит от влажности муки и крупы и способов их хранения.

Часть 1

Все секреты хлебопечения



Глава 1. Как правильно подобрать ингредиенты

Неверно думать, что главный секрет успеха пригото-

ния вкуснейшей выпечки заключается в покупке дорогущей техники. На самом деле на кухне все вопросы решает не техника, а лишь два фактора: ингредиенты и золотые руки. В этой главе мы поговорим о продуктах, умелое сочетание которых сделает ваши блюда восхитительными, а в следующей поделимся секретами опытных хозяек. Эта рецептурная книга рассчитана в первую очередь на тех, кто уже является счастливым обладателем хлебопечки. Для тех же, кто только задумался о ее покупке, в Приложении 1 приведен исчерпывающий анализ, позволяющий выбрать этот бытовой прибор на любой вкус и кошелек. Однако прежде чем приступить к обсуждению муки, дрожжей, молока и прочих необходимых ингредиентов, уточним этапы приготовления выпечки в хлебопечке.

Этапы приготовления блюд в хлебопечке

Хозяйке необходимо учитывать условия, в которых хлеб готовится в хлебопечке. Прежде всего важен температурный режим помещения. Нельзя ставить хлебопечку на сквозняке, на ярком солнечном свете, а также вблизи плиты. Поверхность, на которой она стоит, должна быть ровной и огнеупорной.

1. Откройте крышку (хлебопечка на этом этапе должна быть отключена от электропитания), достаньте ведерко. На-

деньте лопасть на стержень на дне ведерка.

2. Влейте жидкость (молоко, воду) – в случае, если в рецепте (или в инструкции вашей хлебопечки) не прописан другой порядок помещения ингредиентов.

3. Начинайте постепенно засыпать муку, следите за тем, чтобы она полностью покрыла жидкость. Затем засыпьте сухие ингредиенты. Обратите внимание, что сахар, соль и масло стоит помещать в разные углы ведерка (они не должны соприкасаться друг с другом).

4. После этого добавьте дрожжи. Для этого нужно проделать в муке небольшую «ямку» и поместить туда дрожжи.

5. Очень важно следить за тем, чтобы дрожжи не соприкасались с водой. Поэтому сделанная вами «ямка» не должна доходить до жидкости. При контакте с водой дрожжи начинают сразу же «работать», а это нам не нужно.

6. Поместите ведерко в хлебопечку, закрепите его и закройте крышку. Только после этого можно включать прибор в розетку.

7. Теперь нужно выбрать программу, размер хлеба и цвет корки, нажать кнопку «Старт». Если вы не установили таймер на определенное время, то замес начнется сразу же.

ВЫБОР ПРОГРАММЫ

Разные хлебопечки предлагают различный набор программ. Мы остановимся здесь на самых главных.

Основной режим подходит для выпечки простого хлеба из белой муки (возможно добавление

небольшого количества зерновой или серой). В некоторых хлебопечках есть режим «Добавление изюма» («Выпечка с изюмом»): когда машина подаст звуковой сигнал, вы можете засыпать в ведерко сухофрукты, сыр, другие продукты. Если же такой режим в вашей хлебопечке не предусмотрен, кладите добавки в конце замешивания.

Режим «Тесто» позволяет замесить тесто. Некоторые хлебопечки имеют режимы для приготовления разных видов теста (для французского батона, итальянской пиццы и т. д.). Если у вас нет возможности выпекать тесто сразу, не беспокойтесь: оно не испортится в течение нескольких часов.

Режим «Зерновой» предназначен для хлеба, в рецепт которого входит большой процент зерновой или серой муки. Тесто при этом поднимается дольше – учитывайте это при планировании своего времени.

«Быстрый» режим, наоборот, позволяет наше время экономить. Хотя хлеб будет более плотным и поднимется меньше, его вкусовые качества не пострадают. С помощью этой программы лучше не печь безглютеновый хлеб. Режим «Выпечка» («Кексы») дает возможность приготовить выпечку из бездрожжевого теста. В этой программе можно готовить чайные кексы или кексы с изюмом, а вот сложные торты или бисквиты она делать не позволяет.

8. После того как тесто будет замешено, хлебопечка подаст звуковой сигнал. Вы сможете положить дополнительные

ингредиенты (семечки, хлопья, сухофрукты).

9. Когда хлебопечка закончит работу, она сообщит об этом еще одним звуковым сигналом. Нажмите кнопку «Стоп», откройте крышку и достаньте хлеб. Для этого переверните ведерко и несколько раз его потрясите. Используйте специальные рукавицы для духовки, иначе вы просто обожжете руки. Не облакачивайтесь на хлебопечку – вы можете получить ожог паром.

10. Дайте хлебу время остыть, положив его на решетку. Перед следующей готовкой хлебопечка должна «отдохнуть» – хотя бы один час. Горячая хлебопечка может просто не включиться, если вы решите готовить второе блюдо сразу же. А если и заработает, то вряд ли приготовит нормальную буханку.

Выбираем муку

Самыми важными ингредиентами при выпечке хлеба являются мука и жидкость (вода, молоко). От сорта, помола муки, а также от количества жидкости напрямую зависят как вкус, так и питательные качества продукта. Как не промахнуться в выборе муки? Сколько добавить воды? Ответы на эти вопросы приводятся далее.

При выборе того или иного вида хлебобулочных изделий важно учитывать, что именно мука во многом определит качества хлеба. Пшеничная и ржаная, льняная и овсяная, она

может быть разного помола (тонкий, грубый) и сорта. Мука бывает обдирной (получается путем помола верхних слоев зерна) и обойной (из целого зерна). Свойства помола определяют характеристики конечного продукта. Например, мука из сердцевины зерна имеет значительное содержание глютена (клейковины). Большое значение имеет и сорт: известно, что высший сорт содержит меньше полезных витаминов, чем второй или первый (к примеру, в пшеничной муке второго сорта есть витамины групп В, Р, А, а в аналогичной муке высшего сорта их нет).

Нередко при приготовлении хлеба используется несколько видов муки. Таким образом можно получить, например, ржано-пшеничный хлеб или пшенично-ржаный и т. д. Кстати, это два разных вида, хоть и выпекаются они из практически одних и тех же компонентов. На первое место в названии ставят ту муку, которая составляет большую часть хлеба (более 50 %). Пшеничную обычно добавляют, чтобы улучшить структуру мякиша, повысить пористость и снизить кислотность продукта.

Свойства ржаной муки

Ржаная мука дает хлеб с большой кислотностью, влажностью и плотностью мякиша. В нашей стране производится ржаная обдирная, ржаная обойная и ржаная сеяная мука. В сеяной частички мельче, чем в обдирной и обойной. В об-

дирной муке оптимальное содержание белков, именно ее чаще всего используют при выпечке хлеба.

Испечь полностью ржаной хлеб довольно сложно. Дело в том, что белки ржаной муки отличаются от белков пшеничной тем, что не создают клейковины. Поэтому в ржаную обдирную муку добавляют пшеничную (первого либо второго сорта), соотношения могут быть разными. Кроме того, при замесе теста из ржаной муки вам потребуется больше воды, чем при замесе пшеничной.

Обращаем ваше внимание на то, что белки ржаной муки обладают большей пищевой ценностью, чем белки пшеничной (это связано с большим содержанием незаменимых аминокислот). Кроме белков, в состав ржаной муки входят жиры, сахара, пептозаны, крахмал, клетчатка. Надо отметить, что по сравнению с пшеничной мукой ржаная имеет больше сахаров.

Свойства пшеничной муки

Пшеничная мука бывает крупчатой, обойной, высшего, первого и второго сорта. И хотя мы привыкли думать, что высший сорт – залог качества, оказалось, что это не совсем так. Как уже указывалось выше, некоторые витамины и микроэлементы в муке высшего сорта не сохраняются. Но так уж повелось, что мы часто используем именно этот сорт пшеничной муки, так как он дает белый цвет буханки. Кроме то-

го, в муке высшего сорта довольно мало клейковины. Очень часто ее используют для выпечки сдобных изделий.

А вот французы предпочитают печь хлеб из пшеничной муки первого сорта. Возможно, потому что хлеб из нее черствеет медленнее.

В зависимости от переработки зерна пшеничная мука содержит разное количество отрубей (оболочных частиц). Обращаем ваше внимание на то, что освобожденное от оболочки зерно имеет много углеводов. Оно является легкоусвояемым и высококалорийным продуктом.

Если вы страдаете ожирением, включите в рацион хлеб из муки грубого помола. Если же у вас имеются проблемы желудочно-кишечного тракта, вам более показаны хлебобулочные изделия из муки высшего сорта.

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.