



БОЛЬШОЙ УЧЕБНИК
ХЛЕБ

РОДОЛЬФ ЛАНДЕМЕН

БОЛЬШОЙ УЧЕБНИК

ХЛЕБ

ГОТОВЬТЕ КАК ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ
ПЕКАРЬ

УДК 641.55
ББК 36.997
Л22

Le Petit Manuel Du Pain
RODOLPHE LANDEMAINE

Pain © Hachette Livre (Marabout), Vanves, 2021

Перевод с французского *Марии Пшеничниковой*

Оформление переплета *Е. Пуговкиной*

Ландемен, Родольф.

Л22 Хлеб : большой учебник : готовьте, как профессиональный пекарь / Родольф Ландемен ; [перевод с французского М. Пшеничниковой]. — Москва : Эксмо, 2024. — 144 с. : цв. ил. — (Кулинарный мастер-класс. Рецепты и навыки для гурманов и любителей).

ISBN 978-5-04-192872-8

Приготовление хлеба дома – ответственное дело. Чтобы он получился действительно вкусным — мягким, ароматным, с хрустящей корочкой, — необходимо знать тонкости хлебопечения, которых на самом деле не так уж и много. Этот иллюстрированный учебник о них – о тонкостях. Он расскажет вам об основах выпекания: продуктах, ферментации, видах теста. Он покажет вам в теории и на практике, как готовить главные хлебные изделия: багет, хлеб на закваске, хлеб с добавками, хлеб на растительном масле и на молоке. Он введет вас в систему терминов и инструментария. И все это по шагам, со схемами и фотографиями готовых изделий. Следуйте рекомендациям и станете профессиональным пекарем!

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-04-192872-8

© М. Пшеничникова, перевод, 2024
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2024

СОДЕРЖАНИЕ

ОСНОВЫ

Основные продукты.....	10
Этапы ферментации.....	28
Основные виды теста.....	46

РЕЦЕПТЫ

Багеты	54
Хлеб на закваске.....	62
Особый хлеб	80
Хлеб с добавками	98
Хлеб на растительном масле.....	112
Хлеб на молоке	126

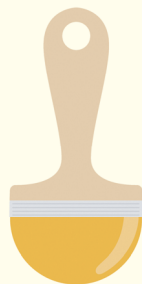
ГЛОССАРИЙ

Инструменты	138
Термины.....	139
Основы.....	140

Дорогие читатели, во французском хлебобулочном и кондитерском деле принято измерять все ингредиенты в граммах для большей точности и наилучшего результата. Это касается и сыпучих, и жидких ингредиентов. Просим вас обратить внимание, что все пропорции в рецептах этой книги указаны в граммах, в том числе и жидкости, и рекомендуем вам приобрести электронные весы для более точного измерения. Желаем успехов в приготовлении домашнего хлеба!

Мария Пшеничникова, автор перевода

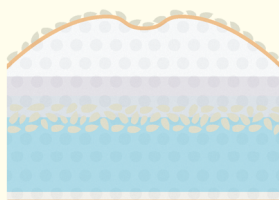
КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЭТОЙ КНИГОЙ



ОСНОВЫ

Вы узнаете об ингредиентах, техниках и базовых рецептах хлеба: от пшеницы до муки, от замешивания до выпекания, от классического состава теста до самых оригинальных рецептов.

Каждая основа сопровождается инфографикой и объяснениями специфических техник или приготовлений.



РЕЦЕПТЫ

Используйте полученные знания об основах, чтобы выпечь хлеб, багет, большие буханки или маленькие булочки... В каждом рецепте вы найдете отсылки к основам, инфографику для полного понимания рецепта, а также фотографии, позволяющие следить за каждым этапом процесса.



ИЛЛЮСТРИРОВАННЫЙ ГЛОССАРИЙ

Который поможет вам углубить познания в использовании ингредиентов. Здесь вы найдете фотографии действий, требующих более продвинутых навыков.

ГЛАВА ПЕРВАЯ

ОСНОВЫ

ОСНОВНЫЕ ПРОДУКТЫ

Пшеничная мука	10
Альтернативная мука.....	12
Безглютеновая мука.....	14
Свежие хлебопекарные дрожжи	16
Закваска.....	17
Готовим жидкую закваску	18
Готовим твердую закваску	20
Пулиш.....	22

ЭТАПЫ ФЕРМЕНТАЦИИ

Ручное замешивание	24
Механическое замешивание	26
Ферментация.....	28
Формование	34
Надрезание	42
Выпекание	44

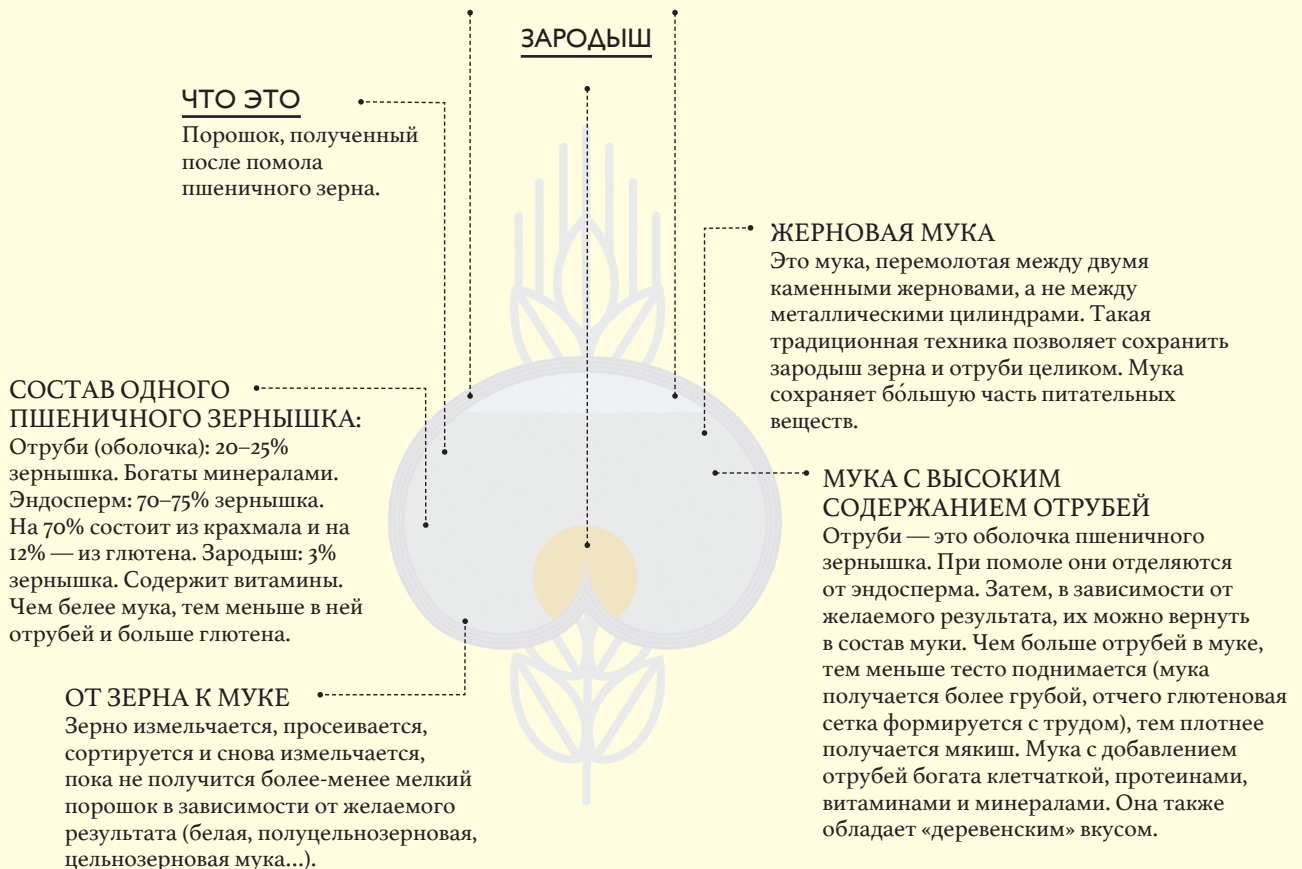
ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ТЕСТА

Белое тесто	46
Традиционное тесто	48
Тесто для пиццы.....	50

ПШЕНИЧНАЯ МУКА

Изучаем в теории

ОБОЛОЧКА ЭНДОСПЕРМ



ЧТО ТАКОЕ «Т» ВО ФРАНЦУЗСКОЙ КЛАССИФИКАЦИИ МУКИ?

Эта буква соответствует количеству минералов на 100 грамм муки. Чем тоньше помол, тем белее мука. В ней содержится меньше отрубей и, как следствие, минералов: от 0,45% в муке Т45 до 1,50% в муке Т150.

Мука с низким содержанием минералов

Вид: белая, тонкого помола.
Уровень минералов: слабый.
Уровень глютена: высокий, иногда очень высокий.

Использование: для белого хлеба, булок, слоек.

Результат: тесто быстро поднимается, становится эластичным; пористый мякиш, тонкая корочка.

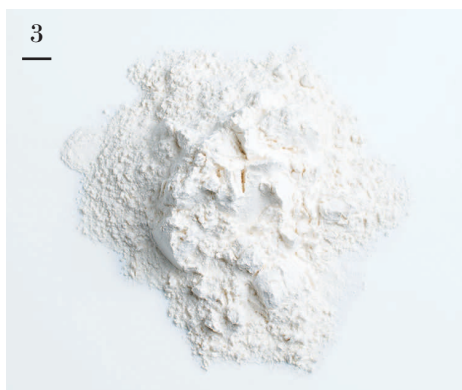
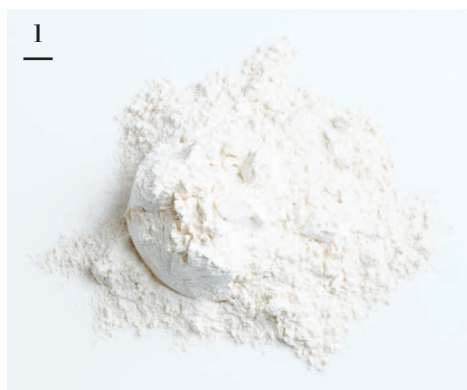
Мука с высоким содержанием минералов

Вид: более-менее серая, с комочками.
Уровень глютена: слабый.
Использование: для деревенского хлеба, особых булок.
Результат: тесто хрупкое, менее эластичное из-за слабо развитой глютеносетки, плотный мякиш. У хлеба более насыщенный вкус, так как мука обогащена отрубями.

ЧТО ТАКОЕ ГЛЮТЕН?

Глютен — это протеин, содержащийся в муке. При замешивании между протеинами глютена формируются нити, складывающиеся в тонкую сетку (глютеносетку). Если тесто слишком (или недостаточно) замешено, эта сетка получается пористой. Она не удержит нужное для ферментации количество газа, и тесто не поднимется. Поэтому глютен является главным элементом, позволяющим тесту сформироваться. Чем больше в муке глютена, тем легче поднимется тесто. Безглютеновая мука считается непригодной для выпечки хлеба.

Применяем на практике



1. КРУПЧАТКА (Т45)¹

Получается в результате помола пшеницы высшего сорта, богатой протеинами (так называемой твердой пшеницы). Она содержит больше глютена, чем стандартная мука.

Вид: белая, тонкого помола.

Уровень минералов: 0,45%.

Уровень глютена: очень высокий.

Использование: для булок и слоев.

2. БЕЛАЯ МУКА (Т55)²

Вид: белая, тонкого помола.

Уровень минералов: 0,55%.

Уровень глютена: высокий.

Использование: для белого хлеба, теста для пирогов, пиццы и кондитерских изделий.

¹ Пшеничная мука особо тонкого помола либо мука из спелты особо тонкого помола (Здесь и далее в сносках — примеч. переводчика).

² Мука первого сорта.

3. БЕЛАЯ МУКА (Т65)³

Вид: белая, среднего помола.

Уровень минералов: 0,65%.

Уровень глютена: средний.

Использование: для деревенского хлеба, теста для пирогов, пиццы и кондитерских изделий.

4. ТРАДИЦИОННАЯ МУКА (Т65)⁴

Без добавок (регулируется французским декретом о хлебе 1993 года).

Вид: белая, среднего помола.

Уровень минералов: 0,65%.

Уровень глютена: средний.

Использование: для традиционного хлеба.

³ Нечто среднее между мукой первого и второго сортов.

⁴ В российском ассортименте ей могут соответствовать сорта муки «с улучшенными хлебопекарными свойствами» либо с пометкой «для багетов».

5. ПОЛУЦЕЛЬНОЗЕРНОВАЯ МУКА (Т80)⁵

Вид: светло-серая, среднего помола.

Уровень минералов: 0,80%.

Уровень глютена: средний.

Использование: для особых булок и кондитерских изделий.

6. ЦЕЛЬНОЗЕРНОВАЯ МУКА (Т110)⁶

Вид: серая, грубого помола.

Уровень минералов: 1,10%.

Уровень глютена: слабый.

Использование: для цельнозернового хлеба и его разновидностей.

7. ЦЕЛЬНОЗЕРНОВАЯ МУКА (Т150)⁷

Вид: серая, грубого помола.

Уровень минералов: 1,50%.

⁵ Ее можно найти в магазине органических продуктов, которые продают муку по французской классификации с пометкой Т80.

⁶ Органическая пшеничная мука обойного сорта.

⁷ Органическая цельнозерновая мука.

АЛЬТЕРНАТИВНАЯ

МУКА

Изучаем в теории



РОЖЬ



СПЕЛЬТА



ОДНОЗЕРНЯНКА



ХОРАСАНСКАЯ
ПШЕНИЦА¹

ЗАЧЕМ СМЕШИВАТЬ МУКУ ИЗ ЭТИХ ЗЛАКОВ С ПШЕНИЧНОЙ ПРИ ВЫПЕКАНИИ ХЛЕБА?

Так как эти злаки содержат мало глютена, сетка сформируется неправильно. При смешивании с пшеничной мукой (богатой глютеном) можно придать больший объем тесту и получить пористый мякиш.

1. МУКА ИЗ СПЕЛЬТЫ (ИЛИ ПОЛБЫ)

Получается в результате помола зерен спельты, подвида мягкой пшеницы (предка твердой пшеницы).

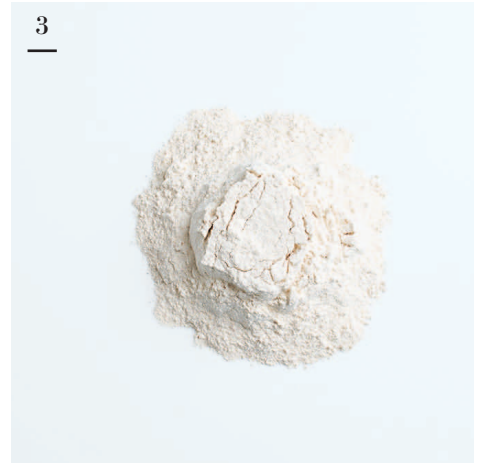
Состав: 12% глютена, богата отрубями и питательными веществами.

Использование: эта мука находится между пшеницей и однозернянкой. Может использоваться в чистом виде для выпекания хлеба.

Результат: мякиш более плотный по сравнению с пшеничным, темный цвет (светло-каштановый). Обладает особым вкусом.

¹ Этот сорт муки зарегистрирован под торговой маркой «Камут®».

Применяем на практике



2. МУКА ИЗ ОДНОЗЕРНЯНКИ

Получается в результате помола зерен однозернянки, одной из древнейших злаковых культур, которая выращивается только в органическом земледелии. Состав: 7% глютена, очень хорошо усваивается организмом. Подходит людям, чувствительным к глютену. Использование: можно использовать в чистом виде для выпекания хлеба, но чаще всего однозернянку смешивают с пшеничной мукой. В таком случае берите от 50 до 70% муки однозернянки. Результат: плотный желтый мякиш. Вкус слегка сладковатый, нежный.

3. «КАМУТ®»

Получается в результате помола хорасанской пшеницы (предок пшеницы родом из Египта). Сегодня выращивается только в органическом земледелии. Название торговой марки «Камут®» происходит из египетского языка и означает «пшеница». Состав: 10–12% глютена, хорошо усваивается организмом. Подходит людям, чувствительным к глютену. Использование: можно использовать в чистом виде для выпекания хлеба, но чаще всего «Камут®» смешивается с пшеничной мукой (берите 50–70% муки «Камут®»). Результат: очень плотный мякиш.

Вкус нежный, более характерный, чем у пшеничной муки. Легкий привкус сухофруктов.

4. РЖАНАЯ МУКА

Получается в результате помола зерен ржи. Злаковая культура с севера Европы. Состав: содержит глютен низкого качества для выпекания хлеба. Использование: можно использовать в чистом виде для выпекания хлеба, но с ржаной мукой легче работать, если смешать с пшеничной (берите 20–50% ржаной муки). Результат: очень плотный мякиш темно-каштанового цвета, приходится долго жевать. Сильный характерный вкус.

БЕЗГЛЮТЕНОВАЯ

МУКА

Изучаем в теории



ПОЧЕМУ БЕЗГЛЮТЕНОВАЯ МУКА НЕ СЧИТАЕТСЯ ХЛЕБОПЕКАРНОЙ?

Без глютена не формируется тонкая сетка, удерживающая газ ферментации, который позволяет тесту подняться. Так как тесто не проходит фазу роста, считается, что оно не созрело для традиционного хлеба. Тем не менее из безглютеновой муки можно испечь хлеб, но с очень плотным мякишем.