

# ВСЁ О ДОМАШНЕМ ХЛЕБЕ

*Лучшие рецепты*



РИПОЛ  
КЛАССИК

Москва, 2010

УДК 641/642  
ББК 36.83  
В84

*Составитель И. А. Зайцева*

В84 **Всё о домашнем хлебе.** Лучшие рецепты / [сост. И. А. Зайцева]. — М. : РИПОЛ классик, 2010. — 256 с.

ISBN 978-5-386-02095-8

Домашняя выпечка отнимает много времени, поэтому сейчас хозяйки предпочитают покупать готовые хлебобулочные изделия в магазинах. Однако нет ничего вкуснее свежее испеченного домашнего хлеба. Эта книга предназначена для тех, кто хочет научиться самостоятельно печь хлеб. Здесь представлены как простые рецепты, которые могут попробовать новички, так и более сложные варианты для опытных хозяек.

**УДК 641/642**  
**ББК 36.83**

ISBN 978-5-386-02095-8

© ООО Группа Компаний  
«РИПОЛ классик», 2010

# Введение

При современном ритме жизни хлебопечка — это скорее роскошь, чем необходимость. Хлеб в ассортименте продается в магазинах, а также можно выбрать хлебобулочные изделия на любой вкус. Поэтому люди постепенно перестали печь хлеб и другие исконно русские кондитерские изделия (пышные булочки, блины, пряники, пироги). Немногие современные хозяйки готовят пироги и домашние торты, поскольку это очень хлопотно и занимает много времени.

Задачу выпечки существенно упрощает такое достижение техники, как хлебопечка. В последнее время она стала очень популярной. И это неудивительно — минимум усилий, и у вас на столе благоухает необыкновенно вкусный домашний хлеб.

Преимущества хлеба домашней выпечки на этом не заканчиваются. Как известно, почти во всех сортах хлеба, лежащих на прилавках магазинов, присутствуют добавки, которые не прибавляют человеку здоровья. Это так называемые улучшители вкуса, разрыхлители, растительные жиры и т. д. Поэтому хлеб, который вы испекли сами, не только вкуснее, но и полезнее покупного.

При желании хлеб можно выпекать и в духовке. Это требует значительно больших затрат времени и сил, но, если вам нравится готовить, необходимость постоять на кухне не будет для вас проблемой.

Первые простейшие хлебопечки появились еще в 1980-х годах и сразу стали востребованными. Каждая хлебопечка снабжена специальной формой с антипригарным покрытием и удобной ручкой. На дне расположена емкость, в которой перемешивается тесто. Чтобы получился хлеб, достаточно просто высыпать ингредиенты в определенной пропорции и нажать нужные кнопки. Вам даже не нужно перемешивать продукты — эта функ-

ция запрограммирована в хлебопечке. Засыпали, нажали кнопку, и можете идти заниматься своими делами.

В дорогостоящих моделях есть функция выбора степени поджаривания корки и таймер с задержкой включения, который позволяет приготовить хлеб к заданному времени.

Чтобы он получился вкусным, нужно заранее позаботиться о том, чтобы наготове были все ингредиенты. Для освоения хлебопечки попробуйте испечь самый простой хлеб, а затем уже можете проявлять свою кулинарную фантазию. При желании вы можете выпекать хлеб с орехами, изюмом, зернами, луком и грибами, а также с фруктами и другими добавками.

Что касается модели хлебопечки, для начала определитесь с размером. Если у вас большая семья и все едят хлеб, лучше приобрести большую хлебопечку, а если хлеб готовится для 1–2 человек и нечасто, достаточно будет самой маленькой модели.

Чтобы можно было готовить хлеб с добавками, обратите внимание на то, что печка должна быть снабжена функцией «Добавление изюма». Несмотря на точное указание ингредиента добавлять можно не только изюм, но и другие продукты.

Если вы не можете порадовать близких пирожками или булочками из-за того, что не получается приготовить тесто, приобретите хлебопечку, в которой есть функция «Приготовление теста». Всего 1,5 часа — и у вас на столе готовое тесто, из которого можно делать хлеб. Многие современные хозяйки используют этот режим и для приготовления пельменного теста. Некоторые модели снабжены также режимом выпекания пиццы. С такой хлебопечкой можно существенно сэкономить на походах в пиццерию.

В этой книге вы найдете самые разнообразные рецепты домашнего хлеба и хлебобулочных изделий, а также

## Введение

---

узнаете об истории хлеба, особенностях его приготовления и маленьких хитростях, которые помогут вам с минимальными затратами времени стать на кухне настоящей волшебницей!

# Хлеб в разных странах

Ученые сходятся во мнении, что впервые хлеб появился на столе человека более 15 тысяч лет назад. В то время основной целью людей было пропитание, которое доставалось тяжелым трудом. Древние люди в поисках съестного обратили внимание на злаковые. В результате наблюдений они поняли, что брошенное в землю зерно прорастает, а влажная и рыхлая почва является более плодородной.

Сначала зерна употреблялись в сыром виде, а чуть позже люди научились растирать их с помощью камней, смешивать с водой и варить полученную крупу. Так появилась первая мука, а из нее — первый хлеб, который имел консистенцию жидкой каши.

Дикорастущая пшеница отличалась тем, что ее зерна отделялись от колоса с большим трудом. К тому времени люди уже умели добывать огонь и использовать его для приготовления пищи. Они заметили, что зерна можно легко отделить от колосьев, слегка подогрев их. Собранную пшеницу они подогревали на камнях в специальных ямах.

Каша, приготовленная из подогретых зерен, оказалась вкуснее той, что готовили из сырой пшеницы. Это был второй шаг к изобретению хлеба. Около 6 тысяч лет назад люди научились возделывать пшеницу и ячмень. В это время были изобретены простейшие ручные мельницы и ступки, благодаря которым и появился первый печеный хлеб. По мнению археологов, когда готовилась каша, часть ее вылилась и под воздействием высокой температуры превратилась в ароматную лепешку. Она понравилась людям, после чего появился хлеб в виде лепешки.

Подгоревшие куски неправильной формы даже отдаленно не напоминали современный хлеб, однако именно с этого времени началось хлебопечение.

### Египет, Рим, Греция

Древние египтяне умели разрыхлять тесто путем брожения, которое осуществлялось за счет дрожжевых грибков и молочнокислых бактерий. Около 6 тысяч лет назад в Древнем Египте начали печь хлеб.

Если посмотреть на срез хлеба, испеченного из сброженного теста, можно заметить множество маленьких пор. Они появляются в результате жизнедеятельности дрожжевых грибков, вызывающих в тесте брожение, которое сопровождается образованием углекислого газа, молочной кислоты и спирта. Стремясь выйти наружу, углекислый газ разрыхляет тесто и делает его пористым. Благодаря молочнокислым бактериям улучшаются вкус и запах свежеспеченного хлеба. Кроме того, хлеб из сброженного теста дольше сохраняется свежим и лучше усваивается организмом.

В Древнем Египте пекли хлеб самых разнообразных форм: круглый, овальный, в виде косички, животных, рыб и т. д. На него ставили «клеймо» в виде цветка, крестика или знака семьи, которая занималась хлебопечением. Помимо обычного хлеба, древние египтяне готовили сладкие изделия с добавлением меда и молока. Такие лакомства стоили намного дороже обычного хлеба. Солнце, золото и хлеб обозначались одним символом — кругом с точкой в центре.

Египетская технология приготовления хлеба со временем стала известна в Риме и Греции. Этот продукт считался деликатесом и был доступен только состоятельным людям. Для рабов отдельно выпекался грубый темный хлеб.

В дни спортивных состязаний пекари готовили для участников особый, тщательно разрыхленный белый хлеб, который подавался с рыбой и оливками.

Было выяснено, что в Древней Греции хлеб ели как отдельное блюдо или в качестве закуски. Отсутствие этого угощения на столе расценивалось как бедность хозяина. Считалось также, что не есть хлеб — большой грех, за который человек будет наказан богами.

Рецепты хлеба держались в секрете и передавались из поколения в поколение, а профессия пекаря была одной из самых уважаемых.

## Османская империя

Хлеб был одним из любимых продуктов в османской кухне. Он был доступен людям всех социальных слоев. Богатые употребляли хлеб в качестве дополнения к основным блюдам, а для бедных он был основным продуктом питания. Сразу после завоевания Стамбула было организовано производство белого хлеба, а в 1502 году была введена гарантия на его качество.

## Индия

Индийский хлеб пекут из специального зерна, которое называется ата. Для его приготовления не используются дрожжи, однако благодаря специальным методам, которые используют индийские повара, он получается воздушным и очень вкусным. Его лучше есть свежим, чем приготовленным заранее.

Хлеб с давних времен был неотъемлемой частью индийской кухни. Отказ от этого продукта расценивался как неуважение к хозяину.



### Тибет

Цампа, или обжаренная мука грубого помола, сегодня используется для приготовления многих тибетских блюд. Наиболее известными из них являются лепешки, которые пекутся в казане или на разогретом противне. Многие исследователи называют цампу национальным блюдом тибетцев. Обжаренная мука используется не только для приготовления пищи, но и для других целей. Например, развеивание цампы по воздуху является обязательным элементом многих обрядов.

В древности этот ритуал использовался для того, чтобы попросить покровительства и помощи у духов природы. Позже он стал практиковаться буддистами как обряд празднования при рождении ребенка, а также в честь наступления Нового года. Цампу принято бросать и на похоронах, чтобы помочь душе усопшего освободиться.

### Византия

В Византии хлеб ценился настолько, что на пекарей не распространялись никакие государственные повинности. Однако за выпечку некачественного хлеба повара могли обрить наголо, привязать к позорному столбу и даже выгнать из города.

### Италия

Технология хлебопечения пришла в Италию от греков, обосновавшихся на Сицилии в VIII веке до нашей эры. Сегодня в этой стране можно найти булочные, открытые частными предпринимателями. У каждого повара есть свои рецепты, которые передаются из поколения в поколение.

## Швейцария

Предки современных швейцарцев начали выпекать хлеб несколько тысяч лет назад. Хлеб, найденный в 1976 году недалеко от Бильского озера, относится к 3530 году до нашей эры. По мнению исследователей, древние жители построек, находившихся на берегу озера, выпекали плоские лепешки хлеба на разогретых камнях.

Изначально хлеб выпекался не в пекарнях, а в каждом доме. Лишь в период раннего Средневековья стали создаваться первые пекарни при монастырях. По мере увеличения потребностей стали возникать пекарные цеха.

К пекарям предъявлялись высокие требования относительно качества хлеба и выполнения правил эксплуатации хлебопекарных печей. Белая очищенная мука была очень дорогой, поэтому она использовалась для выпекания элитных сортов хлеба. Намного дешевле стоила мука с частичками зерна. В Швейцарии она называлась полубелой мукой, а в России — мукой второго сорта.

Ржаной хлеб стоил дешево, его покупали в основном бедняки. Состоятельные люди отдавали предпочтение пшеничному и овсяному хлебу. В период нехватки пшеницы и ржи хлеб пекли из муки с примесью молотых каштанов и желудей.

На некоторое время хлеб стал основным продуктом питания в Швейцарии. Так, согласно документам XVI века ежедневная норма хлеба для прислуги в монастыре составляла 700–950 г, а каждый обычный житель Швейцарии употреблял не менее 140 г хлебобулочной продукции в день.

В XVIII веке хлеб стал добавляться в рецептуру национальных блюд, самым известным из которых стало фондю (маленькие кубики хлеба с расплавленным сыром). Однако уже во второй половине XX века потребление хле-