

Vaalea hapanleipä

□

Sisällys

- [1 Johdanto](#)
 - [1.1 Vaalean luomu hapanleivän resepti](#)
 - [1.1.1 Juuren valmistus :](#)
 - [1.1.2 Leivän valmistus :](#)
 - [1.1.3 Hunajanostatusaine](#)
 - [1.1.4 Hunajanostatusaine leivän leivonnassa](#)
 - [1.2 Biological sourdough bread recipe](#)
 - [1.2.1 Leaven :](#)
 - [1.2.2 Bread :](#)
 - [1.3 Recette du pain biologique au levain](#)
 - [1.3.1 Le levain :](#)
 - [1.3.2 Le pain :](#)
- [2 Uunit](#)
 - [2.1 Leivinuuni](#)
 - [2.2 Peräkärrymalli](#)

Johdanto

Ekopioneerien vieraillessa Ranskassa, emäntä leipoi tätä leipää myyntiin ja meille. Saimme osallistua leivontaan, sekä saimme ohjeen ja valmiin juuren kotiin kuljetettavaksi. Kutsumme leipää *Karoliinan leiväksi*.

Katso leivonnasta video. Kiinnitä erityisesti huomiota kuinka taikina aluksi painellaan pöytää vasten, sitten vedetään yksi suunta kerrallaan neljään suuntaan ja sulkien jokainen veto keskelle. Käännetään ja venytetään pintaa eri suunnista, painamalla joka kerta käden syrjät yhteen leivän alla.

Katso myös sivut:

[Leipä](#)

[Ruisleivän leipominen](#)



Vaalean luomu hapanleivän resepti

Käännös tehty vapaasti englanninkielisestä tekstistä.

Juuren valmistus :



Yön yli turvonnut juuri.

Sekoita kulhossa keskenään 50 g vettä ja 50 g (T80) luomujauhoja. Luku 80 viittaa jauhojen [mineraalipitoisuuteen](#). T80-jauhojen mineraalipitoisuus on noin 0,80 %. Hiivaleipäjauhot tai niihin lisättyä hiukan grahamjauhoja voisi olla suomalainen vastine.

Puolikarkeilla jauhoilla voi olla vaikea saada juurta kuplimaan, koska ne ovat liian puhtaita maitohappobakteereista.

Anna seistä peitettynä, kuivassa ja lämpimässä paikassa.

Seuraavana päivänä lisää jauhoja ja vettä, 15 ml kumpaakin.

Jatka samalla tavalla 6 päivän ajan (lisää 15 ml kumpaakin).

Kuplia muodostuu pintaan ja juuri tuoksuu hyvälle.

Päivä ennen leivän valmistamista, huolehdi että juurta on 360 g yhtä kiloa jauhoa kohden. Jos juurta ei ole tarpeeksi, lisää vettä ja jauhoja (yhtä paljon molempia). Juuri kasvaa yön yli seistessään. Jos taikinaa halutaan enemmän, on juurta kasvatettava kauemman aikaa.

Leivän valmistus :



Vaalea hapanleipä

Ohje kahdelle leivälle:

360 g hapanjuurta
1000 g puolikarkeaa (luomu)vehnäjauhoa (T80)
600 g vettä
20 g merisuolaa jauhettuna

Veden lämpötila = 60 C - juuren lämpötila - jauhojen lämpötila. Eli juuri-jauho-vesiseoksen lämpötilan on oltava 20 C astetta. Veden täytyy siis olla lämpimämpää, mikäli jauhot ja juuri ovat viileitä.

1. sekoita ainekset keskenään ja sekoita 15 minuutin ajan (sitkon muodostaminen)
2. anna kohota 4-5 tuntia lämpimässä
3. leivo leivät (katso videolinkki yllä)
4. anna kohota 1 tunti (koko ajan huoneen lämpötila 20 C astetta)
5. paista 45 minuuttia - 1 tunti 260 C asteessa ([Le LuPain des Chemins](#))
6. syö ja nauti hetkestä!

MUISTA ottaa juurta talteen (jääkaappiin) seuraavaa kertaa varten! Voit ottaa joko leipätaikinaa tai suoraan säilyttää osan alkuperäisestä juuresta. Hoida juurta lisäämällä siihen viikoittain jauhoja ja vettä. ÄLÄ jätä juurta viikkokausiksi ilman hoitoa, sen bakteerikanta muuttuu ja se alkaa haisemaan! Katso lisätieto hapanjuuresta sivulta [Hapanjuuri](#)

Yhdistys [Le LuPain des Chemins](#)

Hunajanostatusaine

Toinen tapa kohottaa leipä (nostatusainetta tehdään lisää sitä mukaan kun sitä kuluu, se on siis eri asia kuin juuri).

1. vrk: 0,5 dl 40 C-asteista vettä 2 rkl hienoa grahamjauhoa 1 tl kuumentamatonta hunajaa (suomalainen kiteytyvä hunaja on kuumentamatonta)

Sekoita ainekset lasipurkkiin, anna seistä irtonaisen kannen alla (ilmarako!) 24h 25-35 asteen lämpötilassa.

2. vrk: Sekoita joukkoon vajaa 1 dl 40 C-asteista vettä 1 dl hienoa grahamjauhoa Jätä taas yön yli lämpimään paikkaan.

3. vrk: kuten 2. vrk Kolmannen lisäyksen jälkeen juuren pitäisi kuplia puolen tunnin kuluttua. Sulje kansi, säilytä viileässä. Säilyy useita kuukausia. Pintaan kertyvä vähäinen vesi suojaa seosta, mutta kaada liiat vedet pois.

Hunajanostatusaine leivän leivonnassa

Perusohje:

600g kokojyväjauhoja (ruista, ohraa, ja/tai grahamia) 100g graham -tai vehnäjäuhoja käytettäväksi leipää muotoonsa leivottaessa. 5-5 1/2 dl 40 C-asteista vettä, heraa tai kasvislientä 1 rkl hunajanostatusainetta 1 tl hunajaa (1 tl suolaa) 1 rkl mausteita (kuten kuminaa, anista, fenkolia tai korianteria)

Mittaa jauhot kulhoon ja sekoita kaada päälle enemmän kuin 3/4 lämpimästä taikinanesteestä. Sekoita keskenään hunaja, nostatusaine ja taikinanesteen loppu ja lisää taikinaan. (Lisää suola) Kaikki sekoitetaan hyvin. Sirottele päälle hiukan jauhoja ja levitä pyyhe kulhon päälle. Anna kulhon seistä huoneenlämmössä (20-23 C) yön yli.

Aamulla (tai 6-8 h kuluttua) Jos leivot savivuoassa, laita se likoamaan vähintään 20 minuutiksi lämpimään veteen.

Rouhi mausteet ja sekoita ne taikinaan. Lisää taikinaan sen verran jauhoja, että taikina on sopivan kiinteää. Savivuokaan sopiva taikina on niin löysää, että sitä voi jatkuvasti sekoittaa puuhaarukalla. Pellillä paistettavan taikinan täytyy olla kiinteämpää. Anna taikinan seistä 15 min- 1 h (riippuu lisätyn jauhun määrästä) ja alusta taikina.

Rasvaa savivuoka ja täytä se 2/3 korkeudelle. (tai leivo leipä sopivan muotoiseksi ja laita se rasvatulle pellille) Tasoita taikina kostutetulla kädellä ja tee siihen terävällä veitsellä noin 2 cm pituisia viiltoja.

Anna leivän kohota kannen alla (tai liinalla peitettynä) lämpimässä paikassa. Pinta ei saa päästä kuivumaan. Leivän pinnan tulee kohota, mutta ei liian voimakkaasti. Kohoamiseen menee 1 1/2 - 4 h huoneen lämpötilasta ja taikinan kiinteydestä riippuen. Kohoaminen jatkuu vielä jonkin aikaa, jos leipä laitetaan kylmään uuniin.

Jos leipää ei voi paistaa heti, taikinan voi asettaa kylmään huolellisesti peitettynä ja paistaa sopivan tilaisuuden tullen. Paistoaika riippuu uunin lämpötilasta (nämä paistoaajat savivuokaleivälle, pellillä paistettavaa leipää ei voi jättää jälkilämpöön ja muutenkin paistoaika on erilainen - kokeile!): 200 C = 1 1/2 h 172 C = 1 1/2 h + jälkilämmössä 2-3 h 150 C = 3 h + jälkilämmössä 2-3 h

Leipä otetaan vuoasta ennenkuin se on kokonaan jäähtynyt ja kiedotaan ensin liinaan ja sitten huovan. Siellä leipä saa hitaasti jäähtyä ja kehittää aromeja. Anna leivän seistä ilmapuolassa paikassa pari tuntia ennen varsinaiseen säilytyspaikkaansa laittoa (paperipussiin tai takaisin vuokaan - ei muovipussiin!)

Ohje kirjasta Annelies Schöneck: Leipä



Taikina savivuoassa ennen kohottamista.

Biological sourdough bread recipe

Käännös tehty AltaVistan Babel Fish ohjelmalla.

Leaven :

In a bowl, mix 50g water and 50 g biological cornflour (T80).

Cover and let rest in a dry place at room temperature.

The following day, add to mixture 1 Cs of flour and as much water.

Thus during 6 days.

Bubbles are formed on the surface and the leaven smells good.

Day before to make the bread, to weigh the leaven to have of them 360 g for 1 kg of flour (if need be, to add as much water than of flour until the quantity wanted for the following day).

Bread :

- 360 g leaven (sourdough starter)
- 1 kg biological wheat flour (T80)
- 600 g spring water
- 20 g coarse salt

$T_{\text{water}}=60C - T_{\text{levain}} - T_{\text{flour}}$

mix during 15 mn

Let grow during 4 à 5H

make the breads

let grow 1 h

(during all the time in a room with 20C)

cook them during 45mn to 1 h

eat them and enjoy this moment !!

! to keep an end of bread dough for the following batch (with the expenses)!

Association Le LuPain des Chemins,

Recette du pain biologique au levain

Alkuperäinen teksti

Le levain :

Mélanger dans un bol 50g d'eau et 50 g de farine de blé biologique (T80).

Laisser reposer à couvert, au sec et à température ambiante.

Le lendemain, ajouter au mélange 1 cs de farine et autant d'eau.

Ainsi pendant 6 jours.

Des bulles se forment à la surface et le levain sent bon.

La veille de faire le pain, peser le levain pour en avoir 360 g pour 1 kg de farine (au besoin, ajouter autant d'eau que de farine jusqu'à la quantité voulue pour le lendemain).

Le pain :

- 360 g levain
- 1 kg flour wheal biologique (T80)
- 600 g water source
- 20 g big salt

$T \text{ water} = 60C - T \text{ levain} - T \text{ flour}$

mixe during 15 mn

Let grow during 4 à 5H

make the breads

let grow 1 h

(during all the time in a room with 20C)

cook them during 45mn to 1 h

eat them and enjoy this moment !!

! garder un bout de pâte à pain << le chef >> pour la fournée suivante (au frais) !

Association Le LuPain des Chemins,

Uunit

Leivinuuni

- Sopivan leivinuunin paistamislämpötilan voi selvittää kun uuniin arinalle (pohjalle) heittää jauhoja ja ne eivät välittömästi pala mustaksi. Kun uunin lämpötila näin on todettu sopivaksi, kannattaa työntää käsi sinne perässä ja opetella tuntemaan lämpötila kädellä.

Peräkärriymalli

Peräkärriyn rakennettu esimerkiksi tuotemerkiltään Smegi.