

Jak udělat kynuté těsto?



Co budeme potřebovat?

250 g polohrubé mouky, 350 g hladké mouky, 1 kostka čerstvého droždí (42 g), 300 ml mléka (z toho 3 až 4 lžíce vlažného mléka spolu s trochou cukru na kvásek), 4 lžíce oleje, 30 g másla, 100 g cukru, 1 balíček vanilkového cukru, 1 lžička soli, 2 vejce, trochu nastrouhané kůry z chemicky neošetřeného (bio) citronu, trochu hladké mouky na poprášení těsta

Jdeme na to!

Nejdříve si připravíme **všechny suroviny a přísady** a dáme je do teplé místnosti, **aby před zpracováním měly pokojovou teplotu**. Pevné suroviny si odvážíme, přesně si odměříme tekutinu a ohřejeme ji na potřebnou teplotu. Mouku přesijeme do větší mísy, uprostřed vyhloubíme důlek a rozdrobíme droždí. Droždí rozmícháme ve vlažném mléce s trochou cukru a mouky na kaši, povrch posypeme moukou, mísu přikryjeme utěrkou a **kvásek necháme na teplém místě asi 10 až 20 minut kynout** (nejméně tak dlouho, dokud se na moučné vrstvě na kvásku neobjeví trhliny). Této fázi se říká **první kynutí**.

Vzešlý kvásek promícháme s moukou a se solí a přidáme ostatní ingredience. Těsto mísíme dřevěnou vařečkou tak dlouho, až se začnou tvořit bublinky. **Správně vypracované těsto je pevné a suché, nepřichytá se na stěny mísy, nelepí se.** Pro vypracování těsta můžeme místo vařečky použít rovněž svoje ruce. Když se nám těsto lepí na prsty, musíme ho ještě hníst nebo můžeme přidat trochu mouky. Hotové vypracované těsto posypeme moukou, **přikryjeme utěrkou a necháme aspoň 30 minut kynout.** Těsto musí zdvojnásobit svůj objem. Máme za sebou **druhé kynutí.**

Dobře vykynuté těsto zpracováváme podle zvoleného receptu, buď ho **vyválíme, nebo vytvarujeme.** Plech nebo formu před pečením potřeme tukem, případně i posypeme moukou.

Zpracované těsto přikryjeme čistou utěrkou a necháme **ho ještě 10 až 25 minut kynout.** Tím skončilo **třetí kynutí.**

Troubu vyhřejeme na teplotu, kterou nám doporučuje recept, na jednoduché druhy pečiva je potřebná teplota 220°C. Pečivo (moučníky, koláče) podle chuti nebo podle návodu v receptu potřeme a posypeme a potom vložíme do trouby - vyšší druhy na druhou příčku odspodu a vysoké druhy pečiva pečeme na nejspodnější příčce. Pečivo pečeme podle velikosti a hustoty těsta tak dlouho, jak je uvedeno v receptu. Ještě před tím, než vyndáme těsto z trouby, **můžeme se špejlí přesvědčit, jestli je pořádně propečené** a podle potřeby ho ještě můžeme několik minut v troubě nechat.

Pamatujte!

- **Droždí** přidáváme do mouky tak, **aby nebylo v kontaktu se solí.**
- Při přípravě těsta **nevystavujeme droždí teplotě nad 55 °C,** zničili bychom jeho buňky.