Domácí chlebový kvásek

Časová náročnost: minut

Seznam přísad

100 g	žitná mouka
125 ml	vlažná voda o teplotě 28 - 30ºC



Postup přípravy

Nyní nás čeká pár dní „práce“, ve finále si ale vlastního kvásku budete vážit jako miminka, kterému jste dali život, tak směle do toho!

1. den: Smíchejte mouku s vodou. Mělo by vám vzniknout hustší lívancové těsto. Vlijte je do sklenice, přikryjte fólií a tu upevněte gumičkou. Do fólie udělejte jehlou pár drobných dírek a směs nechte odpočívat v pokojové teplotě do dalšího dne.

2. den: Přibližně ve stejnou dobu jako v den předchozí ke kvásku přidáme 50 g žitné mouky a 125 ml vlažné vody, promícháme, přikryjeme a necháme dalších 24 hodin stát.

3. den: Opakujeme tentýž postup jako v den druhý, jen množství je 50 g žitné mouky a 60 ml vlažné vody. Nyní již zřetelně vidíme, jak se má kvásek k životu a zvětšuje svůj objem.

4. den: Jsme téměř u konce a naše snahy by měly přinést kýžené ovoce. Pomocí čichu zjistíme, jestli máme kvásek v ideálním stavu. Měl by vonět jemně nakysle, nikoliv ale nepříjemně. Pokud se vám zdá vůně málo intenzivní, necháme mu ještě den na oživení, přidáme další množství mouky a vody (50 g mouky a 60 ml vody), promícháme a necháme 24 hodin odpočívat.

Další den jsme připraveni péct. Hotový kvásek přikryjeme víčkem, do kterého uděláme dírky, a uchováváme v lednici. **Při každém pečení ze sklenice odeberete alespoň lžíci, dejte ji stranou a poté znovu přikrmujte.** Ušetříte tak přípravu stále nového kvásku. Myslete na to, že jde o živou formu a je nutno se o ni starat, v ideálním případě alespoň jednou týdně. Že je nutno krmit, poznáte mimo jiné tak, že se na povrchu tvoří tekutina. V tom případě vyndejte z lednice, nechte odstát pár hodin v pokojové teplotě, přikrmte a vložte zpět do chladu.

Co z kvásku?

Náš **recept na domácí kváskový chléb a kváskové žitné bulky** najdete ZDE