



CIABATTA

OD COOLINARI.SK, NAPÍŠALA MIŽU

Na prípravu kvásku budete potrebovať:

1/2 lyžičky sušených kvasníc, 150 ml vody, 3 lyžice vlažného mlieka, 1/2 lyžičky medu, 150 g hladkej múky

a na prípravu Ciabatty budete potrebovať (dva bochníky):

1/2 lyžičky sušených kvasníc, 250 ml vody, 1/2 lyžice olivového oleja, 350 g hladkej múky, 2 1/2 lyžičky soli

A TAKTO NA TO:

Najprv si pripravte kvások. Do veľkej nádoby s vlažnou vodou a mliekom vsypte sušené kvasnice a nechajte ich 5 minút postáť. Pridajte med a vareškou premiešajte tak, aby sa med i kvasnice rozpustili. Pri práci s kvasnicami a droždím nikdy nepoužívajte kovové predmety. Pridajte múku (pokojne všetku naraz) a vareškou miešajte, kým nevznikne riedke cesto. Misu prikryte čistou utierkou a nechajte pri izbovej teplote odpočívať 12 hodín.

Do malej nádoby s vlažnou vodou vsypte kvasnice, po 5 minútach premiešajte tak, aby sa rozpustili. Do kvásku, ktorý ste si pripravili predchádzajúci deň nalejte olivový olej a rozpustené kvasnice. Všetko spolu dobre premiešajte. Pridajte múku a soľ, vareškou rázne miešajte asi 5 - 7 minút až sa bude cesto oddeľovať od stien. V tejto fáze je dôležité, aby ste nepodľahli pokušeniu pridávať múku, aby sa s cestom ľahšie pracovalo. Je lepšie, lebo také má byť!

Misu prikryte čistou utierkou, cesto po 3 hodinách strojnásobí svoj objem a bude plné bubliniek. V mnohých receptoch na prípravu chleba po prvom kysnutí cesto zrazíte, znova miesite a opäť necháte kysnúť. Pozor! V tomto prípade to nerobte. Cesto bude po vykysnutí nadýchané a také musí ostať, preto všetky ďalšie kroky robte s veľkou opatrnosťou, akoby ste narábali s krehkou vaječnou škrupinou.

Výdatne pomúčte dva plechy. Cesto v mise vareškou rozdeľte na dve rovnaké časti (ja som to robila poriadne pomúčenými rukami). Prvú polovicu vyberte z misy a pomúčenými rukami vytvarujte na obdĺžnik cca 30 cm dlhý. Kratšie strany zaoblite podložením (prstami nadvihnite kratší okraj cesta a zahrňte ho jemne nadol smerom k doske, opakujte aj na opačnej strane). To isté zopakujte pri druhej časti cesta. Oba bochníky na plechu nechajte neprikryté kysnúť ďalších 20 minút a zapnite rúru na 220 °C. Po 20 minútach sa bochníky ešte viac rozplásnú a budú strašne nízke. Pri pečení narastú a budú vyzeráť presne tak, ako má pravá ciabatta vyzeráť takže žiadne obavy.

Ja som piekla oba plechy naraz v teplovzdušnej rúre cca 30 minút. Každá rúra je iná, preto odporúčam po 25 minútach skontrolovať poklopaním po spodnej časti chleba. Ak je zvuk dutý, je to tam a vaša ciabatta je hotová.

Môžete a nemusíte: Pri chlebíkoch s chrumkavou kôrkou sa odporúča para. Ak sa rozhodnete, že to chcete vyskúšať, urobte nasledovné. Pri predhrievaní rúry do nej vložte hlbokú misu s ľadom. Keď bude ľad napoly roztopený vložte plechy s bochníkmi. Nádobu s vodou vytiahnite po asi 15 - 20 minútach pečenia a dvierka rýchlo privrite, aby neuniklo veľa tepla. Alebo postriekajte rozohriatu rúru rozprašovačom, vložte plechy a rozprašovanie vody po stenách rúry opakujte ešte 3 krát vždy po dvoch minútach. Vodu v žiadnom prípade nestriekajte na osvetlenie a do ventilátora.

