

МУКА
ВОДА
СОЛЬ
ДРОЖЖИ



МУКА
ВОДА
СОЛЬ
ДРОЖЖИ

**Безупречные пицца
и ремесленный хлеб у вас дома**

КЕН ФОРКИШ
ФОТОГРАФИИ АЛАНА ВАЙНЕРА

Перевод с английского Елизаветы Кузнецовой

хлеб*соль

Москва
2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ – 7

ЧАСТЬ 1: ПРИНЦИПЫ МАСТЕРСТВА ХЛЕБОПЕЧЕНИЯ

- 1: ПРОЛОГ – 17
- 2: ВОСЕМЬ ЭЛЕМЕНТОВ
ПРИГОТОВЛЕНИЯ ОТЛИЧНОГО
ХЛЕБА И ПИЦЦЫ – 31
- 3: ОБОРУДОВАНИЕ
И ИНГРЕДИЕНТЫ – 51

Откуда берется мука? — 60

ЧАСТЬ 2: ОСНОВНЫЕ РЕЦЕПТЫ ХЛЕБА

- 4: ОСНОВНОЙ МЕТОД
ПРИГОТОВЛЕНИЯ ХЛЕБА – 67
- 5: ПРЯМОЕ ТЕСТО – 85
- 6: ТЕСТО НА ОПАРЕ – 103

*Утренний распорядок
пекаря — 118*

ЧАСТЬ 3: РЕЦЕПТЫ ХЛЕБА НА ЗАКВАСКЕ

- 7: ЧТО ТАКОЕ ЗАКВАСКА? – 127
- 8: МЕТОД ПРИГОТОВЛЕНИЯ
ЗАКВАСКИ – 135
- 9: ГИБРИДНЫЕ ЗАКВАСКИ
ТЕСТА – 145

*Буль (традиционный
французский хлеб) весом
3 килограмма — 168*

- 10: ТЕСТО НА ЗАКВАСКЕ – 173
- 11: ВАРИАНТЫ ТЕСТА
НА ЗАКВАСКЕ – 187

*Приготовление своего теста
для хлеба (или пиццы) — 196*

ЧАСТЬ 4: РЕЦЕПТЫ ПИЦЦЫ

- 12: МЕТОД ПРИГОТОВЛЕНИЯ
ПИЦЦЫ И ФОКАЧЧИ – 207
- 13: ТЕСТО ДЛЯ ПИЦЦЫ – 223
- 14: ПИЦЦА И ФОКАЧЧА – 235

БОНУС – 264

ЕДИНИЦЫ ИЗМЕРЕНИЯ – 265

БЛАГОДАРНОСТИ – 266

АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ – 267





Моим родителям,
Джону и Фрэнсис Форкиш

ВВЕДЕНИЕ

История пекарни *Ken's Artisan Bakery* насчитывает около 500 лет, но настоящее ее открытие состоялось в 2021 году, в Портленде (штат Орегон). Незадолго до этого события я оставил почти двадцатилетнюю карьеру в компании ради возможности самостоятельно управлять производством и заниматься любимым делом. Четкого плана у меня тогда не было, и, принимая столь смелое решение, я просто тосковал по ремеслу и хотел зарабатывать на жизнь каким-то своим делом. Мне не терпелось действовать! Много лет я ждал особого момента озарения, подсказку — куда же стоит идти. Как-то в середине 1990-х годов мой лучший друг дал мне журнал, в котором была статья о знаменитом парижском пекаре Лионеле Пуалане. Его история и подарила мне то самое вдохновение, которое я искал. Для того чтобы глубже проникнуться аутентичной атмосферой французских булочных, где готовят традиционную выпечку, я стал чаще ездить в Париж. Было много разных идей, и спустя несколько лет я пришел, возможно, к наивному решению открыть французскую пекарню где-нибудь в Соединенных Штатах, надеясь воссоздать стиль и качество лучших хлебов, бриошей, круассанов, каннеле и других деликатесов, которые можно найти в буланжери и кондитерских по всей Франции.

Мой последующий карьерный переход больше напоминал поездку на американских горках (*Mr. Toad's Wild Ride*), нежели простую смену работы. Прямо как в древнем китайском проклятии: «Чтобы жил ты в эпоху перемен!» Но результатом явилась любовь к ремеслу пекаря и понимание, что это больше тяжелый труд, чем романтика. Каждодневный ритм жизни профессионального пекаря, который когда-то казался невероятным, теперь стал комфортным. Ароматы, тактильная природа работы, внешний вид выпекаемых изделий словно переносят меня в другое место, и то, что я провожу свои дни именно так, продолжает волновать и радовать.

О КНИГЕ

Прежде чем открыть собственную пекарню в Портленде, два года мне посчастливилось проходить обучение у замечательных мастеров Франции и США. Во время профессионального обучения особенно поразило то, что самые важные навыки, которые я изучал (например, как использовать длительное брожение, заранее подготовленную закваску, автолиз и температурный режим), не обсуждались ни в одной из прочитанных книг по хлебопечению. Позже я встретил книги, в которых эти вещи были подробно описаны (например, книги Раймона Калвела и Мишеля Суаса), но они предназначены для профессионалов. Уверен, что методы, которым я научился, могут быть очень полезны в домашнем, любительском хлебопечении.

После открытия пекарни *Ken's Artisan Bakery* было опубликовано несколько значимых и содержательных книг по выпечке. Тем не менее я все еще видел необходимость рассказать о технике профессиональных пекарей, которую можно применить на домашней кухне. Моим желанием было написать книгу, в которой эти приемы будут описаны просто и понятно, чтобы все инструкции не представляли особой сложности для непрофессионального пекаря. И я хотел отойти от шаблона, который был распространен почти во всех книгах о хлебе (по крайней мере, до недавнего времени): в каж-

дом рецепте указывалось время подъема от одного до двух часов. Кроме того, меня очень воодушевляла идея донести читателям, каким хорошим может быть хлеб, если он приготовлен всего из четырех основных ингредиентов: муки, воды, соли и дрожжей.

Я также увидел возможность рассказать о том, как приготовить отличный хлеб в домашних условиях, используя каждый из трех основных способов брожения: метод прямого замеса, тесто на опаре и на закваске, в том числе простой, не пугающий метод приготовления заквасочной культуры с нуля всего за пять дней, используя только цельнозерновую муку и воду.

Для того чтобы точно применять рецепты этой книги и следовать ее логике, я прошу вас во время приготовления пользоваться цифровыми кухонными весами, это поможет в понимании процесса. Одна из основ мастерства хлебопекаря — использование весов вместо мерных чашек и столовых ложек, а также ориентирование на точные пропорции (не переживайте, я все для вас просчитал). Хотя таблицы ингредиентов в каждом рецепте содержат пересчеты объема,

эти измерения неточны (по причинам, объясненным в главе 2), и они необходимы только для того, чтобы вы могли сразу начинать печь по этой книге, даже до покупки кухонных весов.

При написании этой книги у меня было две цели. Во-первых, я хочу заинтересовать начинающих пекарей, поэтому текст подходит для широкой аудитории. Даже совсем неопытные читатели смогут после прочтения главы 4 «Основной метод приготовления хлеба» сразу приступить к приготовлению одного из рецептов начального уровня, например субботнего хлеба (с. 87 и 91). Когда вы уверенно освоите время и технику



приготовления этих видов хлеба, попробуйте рецепты, в которых требуется дополнительный шаг, например предварительный замес пулиша. Затем, после успешно отработанных рецептов пулиша и биги, попробуйте приготовить закваску с нуля и насладитесь особым удовольствием от хлеба или теста для пиццы, приготовленного на этой культуре. К тому времени, когда вы пройдете весь путь, шаг за шагом следуя рекомендациям этой книги, вы сможете печь хлеб на своей домашней кухне и его качество будет приближаться к качеству лучших пекарен, а неаполитанская пицца заставит улыбнуться вашу бабушку.

Во-вторых, эта книга написана и для более опытных пекарей, которые ищут другой подход к приготовлению теста — тот, в котором время и температура рассматриваются как ингредиенты. А также для тех, кто ищет доступный (или просто другой) метод приготовления великолепного на вкус хлеба на закваске. На протяжении тысяч лет наши предки замешивали тесто вручную. Занятие не такое уж и сложное, но очень эффективное, к тому же пробуждает чувствительность к тесту. Для меня одним из самых уникальных и важных аспектов выпечки хлеба является его тактильная природа, поэтому я всегда думаю о своей руке как об инструменте.

Но для некоторых этот процесс может оказаться новым. Даже если вы не делали этого раньше, надеюсь, что сможете получить огромное удовольствие от процесса, почувствовать связь с прошлым и историей выпечки. Точно так же, как это происходит у меня.

ПРИНЦИПЫ И МЕТОДЫ

Когда вы будете изучать рецепты в этой книге, то увидите, что они во многом похожи. Все способы приготовления хлеба и теста для пиццы рассчитаны на 1 кг муки и часто лишь незначительно отличаются по количеству воды и соли. Разница бывает в том, какие муку и закваску использовать, а также в сроках приготовления теста. Изменяя эти параметры, можно получить большое разнообразие хлеба из очень похожих рецептов. Формат списков ингредиентов разработан для того, чтобы помочь вам увидеть эти взаимосвязи. По сути, это таблицы пропорций. Как вы заметите, ингредиенты не всегда указаны в том порядке, в котором они используются; вода, соль и дрожжи всегда перечислены в этой последовательности, по убыванию веса. Это позволяет сравнивать рецепты с первого взгляда.

В каждом рецепте этой книги приведены одни и те же инструкции для замеса, складывания теста, формования буханок, поэтому перейти от одного метода ферментации к другому будет довольно легко. Когда я принял решение разработать каждый рецепт для приготовления круглого хлеба в голландской печи, то понял одну важную вещь. Как только читатели освоят мои приемы, все инструкции в книге станут понятными, без необходимости изучать новые по отдельности.

Если вы начинающий пекарь или тот, у кого на полке уже два десятка изданий о хлебе, эта книга объяснит, как использовать те же методы, которые мы применяем в пекарне *Ken's Artisan Bakery*, для приготовления отличного хлеба в домашних условиях. Как новичка, вас могут испугать некоторые инструменты или техники, приведенные в моих рецептах хлеба. Не опускайте руки! Немного планирования (и, возможно, несколько новых приспособлений, которые, я обещаю, вы будете часто использовать) — и путь к хлебу высокого качества будет открыт.

Выбор графиков выпечки

Лучший хлеб получают при использовании методов с достаточным временем для развития аромата. Прекрасный аромат образуется, пока вы спите. Планирование, важнейший аспект жизни профессионального пекаря, применимо и на домашней кухне. Но предлагать только один график для приготовления теста (например, замесить тесто вечером, оставить его на ночь, сформировать утром и выпечь через два часа) вам может не подойти. Поэтому здесь приведены рецепты с разными графиками, но везде обязательно присутствует длительное время брожения, так что вы можете работать по наиболее удобному расписанию. Можно замесить тесто утром и испечь к обеду, замесить тесто вечером и испечь к обеду следующего дня или замесить тесто днем и испечь хлеб на следующее утро, пока все еще спят. Приготовление этих рецептов требует некоторого планирования, но каждый из этапов занимает совсем немного времени. В некоторых случаях время приготовления может быть очень длительным и работу лучше перенести на выходные. Но даже если в рецепте указано 24 часа, то нужно помнить, что процесс не потребует вашего постоянного внимания.

Выпечка в голландской печи

В прошлом я изо всех сил старался испечь в своей домашней духовке хлеб, который имел бы такую текстуру, цвет корочки и подъем (первоначальный сигнал, который тесто получает в первые десять минут пребывания в горячей печи, вызванный последним сильным всплеском активности дрожжей), какие мы получаем в моей пекарне, используя 6803-килограммовую итальянскую ярусную печь, с паром при нажатии кнопки. Я в особом долгу перед двумя книгами: Джима Лэйхи *My Bread* и Чада Робертсона *Tartine Bread*, в которых рассказывают, как можно использовать голландскую печь для выпечки хлеба, помещая ее в стандартную домашнюю, чтобы получить красивую корочку. В этих книгах авторы признают, что прежние методы, когда хлеб выпекали на камне для пиццы с разными способами получения пара, были несовершенны. Того самого пара, так необходимого для профессионального пекаря, было недостаточно.

Когда я впервые испек в двух своих голландских печах — эмалированной модели *Emile Henry* и чугунной модели *Lodge*, — то сразу решил, что буду подходить ко всей выпечке в этой книге одинаково (за исключением пиццы и фокаччи, которые лучше всего готовить на пекарском камне, хотя железная сковорода или противень тоже подойдут). Просто поместите заготовку в предварительно разогретую голландскую духовку и выпекайте под крышкой, чтобы влага из теста паром окружала хлеб во время выпечки. Результаты значительно лучше, чем при использовании пекарского камня, — булка отлично пружинит в духовке, у нее темная и красивая корочка с правильной текстурой, тонкая и хрустящая. Я рекомендую вам выпекать до темно-малинового и охристого цвета корочки. Не вытаскивайте хлеб из духовки слишком рано, так вы упустите лучшие ароматы, которые может дать корочка.

Количество порций

Каждый из рецептов хлеба в этой книге рассчитан на два изделия. Экспериментируя на своей домашней кухне, я часто обнаруживал, что пеку одну булку хлеба, а оставшееся тесто использую для приготовления фокаччи или пиццы. Некоторые считают, что

именно так возникла фокачча: пекари в Лигурии использовали «лишнее» тесто для приготовления хлеба с начинкой по сезону (или с оливковым маслом и солью, или просто так). Некоторые виды теста больше подходят для пиццы или фокаччи, чем другие, поэтому каждый рецепт этой книги содержит рекомендации, можно ли приготовить пиццу или фокаччу из остатков. Это позволяет получить два великолепных изделия из одного теста.

Уникальные рецепты пиццы и фокаччи

Пицца — это тоже разновидность хлеба, и для многих пекарей она является естественным продолжением ассортимента продукции. Например, в пекарнях по всей Италии пицца или фокачча выставляется вместе с хлебом, часто на прилавке, нарезанная на заказ. Те же принципы подготовки теста, что и при выпечке хлеба, в равной степени применимы и к пицце: длительное, медленное формование теста для достижения наилучшего цвета, оттенка и текстуры.

Я обожаю пиццу! В моем ресторане *Ken's Artisan Pizza* мы готовим тесто для пиццы с той же тщательностью, что и тесто для хлеба, и в этой книге я привожу четыре рецепта теста для пиццы, опять же с разным графиком, с использованием как промышленных дрожжей, так и культуры закваски. Начните с любого варианта книги; как только вы научитесь готовить тесто для пиццы или хлеба, то будете готовы сразу перейти к другому.

КОРОТКО О ГЛАВАХ

Все рецепты хлеба в этой книге используют одни и те же основные приемы, которые подробно описаны в главе 4 «Основной метод приготовления хлеба»: взвешивание ингредиентов, автолиз (предварительное смешивание) воды и муки, замес теста, складывание теста, формование булок, расстойка и выпечка. В главе 8 «Метод приготовления закваски» представлено, как сделать закваску, как ее подкармливать, хранить в холодильнике и восстанавливать для следующего использования. В главе 12 «Метод



приготовления пиццы и фокаччи» объясняется техника приготовления пиццы по рецептам, приведенным в этой книге.

Глава 2 расскажет, «что» и «почему», то есть логику, которая лежит в основе, и специфические детали, характерные для мастерства пекаря. Если вы хотите сразу перейти к делу и просто начать печь хлеб, прочтите главу 4 «Основной метод приготовления хлеба», а затем начните с рецепта субботнего белого хлеба (с. 87). В случае, когда вы сначала хотите изучить теорию и быть более осведомленным, уделите время главе 2.

Рецепты

Рецепты в этой книге представлены в трех частях. Часть 2 «Основные рецепты хлеба» предлагает алгоритмы приготовления с использованием промышленных дрожжей. В главе 5 приведены рецепты простого теста длительного брожения (так называемого метода прямого замеса). Отличие инструкций состоит в разной смеси дрожжей и графике приготовления. В главе 6 вы найдете рецепты теста, приготовленного с предварительно выброженными полуфабрикатами или опарой (в частности, бига и пулиш), которые требуют чуть больше работы, чем метод прямого замеса (от пяти до десяти минут накануне вечером), но дают хлеб с более сложным вкусом.

В третьей части «Рецепты хлеба на закваске» вы узнаете, как за пять дней без особых усилий сделать из цельнозерновой муки и воды заквасочную культуру с резким запахом, пузырьками и характерным эффектом при выпекании. Создание собственной заквасочной культуры — это увлекательный научный проект, в результате которого получают запоминающиеся, с корочкой, красивые булки хлеба. В главе 9 представлены рецепты с гибридной закваской, которые обладают уникальным качеством хлеба на закваске, но с добавлением дрожжей для дополнительного подъема и более легкого мякиша. В главе 10 вы найдете рецепты полностью на закваске, без магазинных дрожжей. И, наконец, в главе 11 я поместил два усовершенствованных рецепта хлеба на закваске. По мере изучения третьей части книги вы узнаете, как управлять

переменными параметрами ржаного хлеба для достижения определенных качеств. В конечном итоге вы сможете использовать эту информацию для создания хлеба, который станет действительно вашим собственным творением и будет соответствовать индивидуальным вкусовым предпочтениям, как описано в главе «Приготовление своего теста для хлеба (или пиццы)» (с. 196).

Часть 4 «Рецепты пиццы» рассказывает о том, как приготовить вкусную пиццу и фокаччу в домашних условиях, используя камень для пиццы, сковороду или противень. Как уже упоминалось, в главе 12 приведены основные способы приготовления пиццы и фокаччи. В главе 13 вы найдете четыре рецепта теста, а в главе 14 — соусы и рецепты пиццы и фокаччи с начинками. Используйте лучшие, качественные ингредиенты: муку, сыр, помидоры, желативно сорта «сан марцано». Следуйте моим инструкциям, и тогда вы сможете приготовить отличную пиццу дома. (Я избалован дровяной печью в моем ресторане, но даже

«дал пять» своему псу Гомесу, когда увидел потрясающую пиццу, которая получилась в стандартной домашней духовке.) Этот процесс очень увлекательный, и вдобавок ее



действительно несложно сделать. Как и в случае с выпечкой хлеба, приготовление пиццы — такое полезное дело, в котором при постоянных попытках вы день ото дня совершенствуете свои навыки. Это как полезная привычка: сделайте один раз, и вам захочется делать это так часто до тех пор, пока вы не освоите все премудрости приготовления.

Искусство выпечки

Написание этой книги вдохновило меня раскрыть несколько тем: либо описать полученный опыт (например, неудачная попытка открыть свою первую пекарню), либо поговорить о тех вещах, которые меня восхищают (например, тот факт, что булка хлеба весом более 2,7 кг действительно улучшается со временем и становится вкуснее, чем маленькие булочки из того же теста).

Глава 1 рассказывает о моем путешествии от карьеры в Силиконовой долине к практической работе по приготовлению деревенского французского хлеба в качестве профессионального пекаря. В первой части книги вы найдете раздел «Откуда берется мука?». Это своего рода экскурсия на две семейные фермы, где выращивают пшеницу. Из нее делают муку, которую я потом использую в моей пекарне и пиццерии. Выразительные фотографии, комментарии фермеров и наблюдение за тем, как они управляют своим хозяйством, показывают, как такие люди, как Карл Куперс и Фред Флеминг, основатели *Shepherd's Grain*¹, переосмысливают выращивание пшеницы, чтобы учесть потребности семейных ферм, пекарей и сохранить здоровую почву. Людям интересно, что происходит в предрассветные часы в пекарне. С целью удовлетворить их любопытство, во второй части книги я привожу подробный рассказ «Утренний распорядок хлебопека» о том, как начинается ранняя смена по выпечке хлеба. Увидев наше расписание, вы поймете, что работа пекарни не прекращается ни на минуту.

В третьей части книги вы найдете раздел «Булочка (традиционный французский хлеб) весом 3 килограмма», в которой я объясняю, почему мне так нравятся эти массивные буханки, и описываю их интересную историю. Надеюсь, что в этой книге вы увидите не только интересные рецепты хлеба, но и четкое понимание процессов, которые мы используем в *Ken's Artisan Bakery*, возможность их применения у себя дома. Полученные основы помогут вам создать свой собственный уникальный хлеб и тесто для пиццы, как это описано в следующем разделе части 3.

Выпечка — это искусство, которое заставляет вас снова и снова повторять весь процесс, пробуя различные смеси, улучшая технику формовки или просто следуя одному и тому же рецепту, но стараясь делать это точнее с каждым разом, чтобы улучшить внешний вид хлеба, объем изделия или, возможно, цвет корочки. Повторение — это часть удовольствия. А когда вы поймаете ритм и освоите технику, повторный процесс принесет теплую радость, наслаждение, которое возникает от привычного комфортного состояния, когда что-то получается прекрасно. Приятного аппетита!



¹ *Shepherd's Grain* — это компания семейных ферм, общее направление которых состоит в традиционном выращивании качественной пшеницы без обработки почвы. *Прим. ред.*

ЧАСТЬ 1

ПРИНЦИПЫ
МАСТЕРСТВА
ХЛЕБОПЕЧЕНИЯ

