

»Mmm... kako lepo diši po toplem, ravnokar spečenem kruhu«

Recepti za peko domačega koruznega kruha in drugih pekarskih izdelkov



Foto: Občina Ajdovščina, 2020

"Gradivo je bilo pripravljeno za namen aktivnosti v sklopu operacije LAS »Domače in umetnostne obrti – dediščina in sodobnost«, ki je sofinancirana s sredstvi Evropskega kmetijskega sklada za razvoj podeželja preko Programa razvoja podeželja RS za obdobje 2014 – 2020 / ukrep LEADER/ podukrep 19.3"



Evropski kmetijski sklad za razvoj podeželja - Evropa investira v podeželje



Dragi starši predšolskih otrok,

peka kruha vedno pričara toplino v domači kuhinji. Ni lepšega trenutka, ko omamno zadiši po toplem, ravnokar spečenem kruhu. Vonj po kruhu lahko pričara lepe in/ali težke spomine. Starejšim generacijam kruh predstavlja bogastvo, nebesa, zlato, svetinjo. Kruha ni bilo, zato so do njega imeli spoštljiv odnos.

Kaj pa danes? Kaj se je spremenilo skozi čas? Odnos? Dostopnost? Ali nam kruh še vedno pričara toplino domačega doma? Ali naši otroci znajo ceniti kos belega kruha? Kje so včasih kupovali kruh? Kje so dobili žito? Kje so mleli moko? Veliko vprašanj, ki so zanimiva tudi za raziskovanje in spoznavanje bogate dediščine pekarstva in mlinarstva v Vipavski dolini.

Dediščino pekarstva in mlinarstva želimo na ustvarjalen način približati tudi vašim otrokom, zato smo za njih pripravili nekaj nalog. Želimo si, da bi bili otroci tudi likovno in pekarsko ustvarjalni. V ta namen smo pripravili dva dokumenta:

- V učnem gradivu *Dediščina pekarstva in mlinarstva v zgornji Vipavski dolini* predstavljamo glavne posebnosti o mlinih, gojenju koruze in peki domačega kruha v zgornji Vipavski dolini. V gradivu so tudi objavljene spletne povezave na dokumentarne filme na temo pekarske in mlinarske dediščine. Dva filma o mentrgi in nečkah nam je zaupala ga. Silva Karim, pred leti so nastali za revijo Ciciban.
- V pričujočem gradivu, ki smo ga poimenovali *Mmm ... kako lepo diši po toplem, ravnokar spečenem kruhu*, pa objavljamo recepte o peki koruznega kruha, pšeničnega kruha in drobnih pekarskih izdelkih. V zgornji Vipavski dolini se je po kmečkih domovih večinoma pekel koruzni (*tršen*) kruh. V pekarnah pa so otroci dobili rogljičke (kifeljčke), bigice in drugi drobiž. Recepte so zbrale članice Društva gospodinj in dramske skupine s Planine pri Ajdovščini. Želimo si, da bi starši skupaj s otroci spekli domač kruh in tako na ustvarjalen način (po)ustvarjali našo bogato pekarsko dediščino. **Zelo veseli bomo fotografij o ustvarjalnem delu otrok in njihovih izdelkih. Fotografije bi imeli za lasten arhiv, objavili pa bi jih tudi v naslednjih številkah lokalnega časopisa**

Latnik. S tem bi krajanje opozorili na našo dediščino in oblikah učenja naših otrok o bogati polpretekli zgodovini. Fotografije lahko pošljete na naslov jasna.fakin@zrc-sazu.si.

POSEBNA USTVARJALNA NALOGA:

V Ajdovščini je včasih delovalo več pekarn. V času med prvo in drugo sv. vojno sta bili poznani Pilonova pekarna (delovala v današnji Pilonovi galeriji) in pekarna v Ruštjevi hiši (blizu današnje Pilonove galerije).

Ajdovski slikar in fotograf Veno Pilon je leta 1922 narisal sliko *Kruh*, na kateri je upodobil kruh, ki ga je njegov oče Dominik Pilon (po domače Menigo) pekel in prodajal v pekarni. V košarici je več pekarskih izdelkov, ki so jim včasih rekli drobiž.

Morda lahko s svojimi otroci spečete svojo košarico s svojim drobižem. Zelo bomo veseli vašega sodelovanja!



Veno Pilon, *Kruh*, 1922, olje, platno (Fotografija je last Pilonove galerije).

Kruhova košarica gospodinje s Planine, spečena na etnološki delavnici, 15. oktobra 2019. (Foto: K. Kogoj, Občina Ajdovščina)

RECEPTI

Recepte so zbrale in pripravile članice iz Društva gospodinj in dramske skupine s Planine pri Ajdovščini

Koruzni kruh

Sestavine:

- 30 dag koruzne moke
- 7 dl mleka
- 1 kg bele moke
- 6 dag kvasa
- 2 dag sladkorja
- 0,5 dl olja
- 2 dag soli
- 2 dl kisle smetane



Koruzno moko oparimo s 5 dl vrelega mleka. Belo moko presejemo, v njej naredimo jamico in vanjo nadrobimo kvas. Posujemo ga s sladkorjem in prilijemo 1 dl mlačnega mleka. Ko kvas vzhaja, med belo moko dodamo ohlajeno koruzno zmes, olje, sol, kisko smetano in prilijemo preostalo mleko. Vse sestavine zmešamo in zgnetemo v gladko testo. Testo pokrijemo s krpo in pustimo vzhajati 30 minut. Nato ga še enkrat pregnetemo, oblikujemo v hlebec in ga ponovno vzhajamo. Po 15 minutah, hlebec položimo v ogreto pečico na 200 °C in pečemo 45 minut.

Bilo je nekoč...

Včasih je bilo razmerje med koruzno moko in belo moko drugačno. Bilo je več koruzne moke in le peščica bele. Bela moka je lahko bila pomešana z rženo moko. Bela moka je testo bolje povezala. Ker je bila zmes packasta, so za oblikovanje hlebcev uporabljali posebno leseno posodo (ponekod so ji rekli terila). Iz lesene posode so testo prevrnili na lopar in dali v koruzno peč. Kruh je bil bolj trd.

Kruh iz bele pšenične moke

Sestavine:

- 1 kg pšenične moke
- 5 dag kvasa
- ½ žlica sladkorja
- 5 dl mleka
- 2 dag soli
- 0,5 dl olja
- 1 rumenjaka
- 2 žlici sladke smetane



Surovine za kruh

Za pripravo kruha potrebujemo moko, dodatke za vzhajanje testa, sol in tekočino. Iz teh sestavin lahko zamesimo in spečemo osnovne vrste kruha. Vrste moke za kruh so lahko različne, in sicer: pšenična (bela, polbela, črna), ržena, mešana moka iz pšenice in rži, koruzna, ajdova in mešana moka iz raznih vrst žit in soje.

Moko hranimo v hladnem, temnem in suhem prostoru v embalaži, ki ne prepušča zraka in vlage.

Dodatki za vzhajanje testa

Za vzhajanje krušnega testa uporabljamo predvsem kvas. Primeren je sveži ali suhi kvas (7g suhega kvasa nadomesti 25g svežega kvasa). Kvas lahko nadrobimo kar v moko ali pa ga razpustimo v 1 dcl mleka, ki mu dodamo žlico pšenične moke in žličko sladkorja za hitrejši pričetek kipenja. Delovanje kvasa je najaktivnejše pri temperaturi 30°C, medtem ko temperatura nad 54°C kvasovke uniči.

Tekočina

Za pripravo testa, lahko pa uporabljamo: mleko, vodo, pinjenec, sirotko. Tekočina s katero mesimo, naj bo hladna. Kruh bo sočnejši in okusnejši. Tekočino prilivamo vedno počasi, ker ob gnetenju testa različne vrste moke vpijejo različno količino tekočine.

Maščoba

Testu za izbrane vrste kruha dodamo tudi maščobo (hladno iztisnjeno rastlinsko olje, surovo maslo).

Izdelava testa

Testo pripravimo tako, da moko presejemo v posodo za gnetenje in ob enem robu posode primešamo moki sol, ob nasprotnem robu posode napravimo jamico in vanjo



Evropski kmetijski sklad za razvoj podeželja - Evropa investira v podeželje



damo kvasni nastavek (pazimo, da kvas ne pride v stik s soljo). Med mešanjem z roko ali leseno kuhalnico dodajamo predpisano tekočino in vse sestavine testa dobro zmešamo. Pazimo, da roka pravilno kroži od spodaj navzgor in dviga surovine. Maščobo vedno dodajamo, šele, ko smo moko zmešali s tekočino, da ne zalepi moke. Nato testo dobro in čim hitreje zgnetemo, da je popolnoma gladko. Dobro zgneteno testo se loči od rok in od posode. Testa ne pritiskamo k dnu posode, ampak ga dvigamo.

Pomemben faktor pri pripravi testa, ki vpliva na kakovost kruha, je primerna temperatura prostora, kjer mesimo kruh. Ta naj bo med 21°C in 27°C. Tudi moka in sestavine za testo naj bodo segrete na sobno temperaturo. Prav tako je pomembno, da za pripravo kvasnega nastavka ali testa ne uporabljamo prevroče ali prehladne vode. Kvas ne sme priti v direkten stik s soljo, preveliko količino sladkorja ali maščobe, ker bi s tem uničili kvasnice.

Izdelano testo potresemo z moko, pokrijemo s krpo in pustimo, da vzhaja. Testo vzhajamo 20 minut, nakar ga še enkrat pregnetemo in pustimo vzhajati še 20 minut. Testo je vzhajano takrat, ko približno podvoji svojo prostornino.

Vzhajano testo znova pregnetemo in oblikujemo v hlebec, štruco, rogljiček, pletenico in druge oblike. Oblikovano testo damo v model in ponovno vzhajamo. Pokrijemo ga s polivinilasto vrečko, da lepše vzhaja, se po vrhu ne izsuši in ga zato pred peko lepše zarežemo. Čas drugega vzhajanja je približno enkrat krajši od prvega, približno 10-15 minut, odvisno od temperature prostora. Pred peko vzhajano testo premažemo z izbrano tekočino (vodo, sladkano vodo, mlekom, smetano, stepenim jajcem), lahko ga tudi potresemo z moko in drugimi posipi, kot na primer z makom, sezamom, sesekljanimi orehi in lešniki. Površino oblikovanega testa narežemo ali prebodemo.

Peka kruha

Oblikovano in vzhajano testo v modelu vedno damo v segreto pečico na temperaturo 230°C-240°C. Ko je kruh po vrhu že zlatorjav (približno po 20 minutah), temperaturo znižamo na 200°C in pustimo v pečici še približno 10 minut.

Da je kruh pečen, lahko preverimo tako, da ga vzamemo iz peči in potrskamo po spodnji strani hlebca ali štruca. Če zadoni votlo, skorja pa je lepo zapečena in svetlo rjava, je pečen.

Toplega kruha naj ne bi uživali, zato ga po peki najprej ohladimo. Če ga pečemo v modelih, ga najprej vzamemo iz posode in ohladimo na rešetki, tako da zrak kroži okrog njega. Para se tako ne zadržuje v skorji, in ta postane lepo hrustljava. Vroč kruh ne prekrivamo z nepropustnimi materiali ali plastičnimi vrečkami.

Planinčki, kifeljčki, bigice

Sestavine:

1 kg bele moke

8 dag kvasa

1 žlica sladkorja 3 dl mleka

2 jajci

3 dl vode

1,6 dag soli

2 dl olja

1 jajce za premaz

Presejemo moko in ob robu skled naredimo v moki hjamico ter vanjo nadrobimo kvas. Kvas posujemo s sladkorjem, prelijemo z 1 dl mleka in pustimo vzhajati. Posebej zmešamo razžvrkljani jajci, preostalo moko, vodo, sol in olje. Prilijemo jajčno zmes in zgnetemo v gladko testo. Testo pustimo vzhajati 10 minut. Nato oblikujemo majhne hlebčke (težke 3 dag), jih položimo na pekač obložen s papirjem za peko in vzhajane premažemo z razžvrkljanim jajcem. Pečico segrejemo na 200 stopinj in pečemo 15 minut.

Iz testa lahko tudi oblikujemo rogljičke, pletenke, ptičke, polžke in druge pekarske izdelke.

Ustvarjalno delo udeleženk na etnološki delavnici, 15. oktobra 2019 na Planini pri Ajdovščini (Foto: K. Kogoj, Občina Ajdovščina).





Evropski kmetijski sklad za razvoj podeželja - Evropa investira v podeželje



Gradivo so pripravili:

Jasna Fakin Bajec (ZRC SAZU) v sodelovanju s:

- sodelavci na projektu Domače in umetnostne obrti – pekarska in mlinarska dediščina (Občina Ajdovščina in Regijska razvojna agencija ROD Ajdovščina);
- članicami iz Društva gospodinj in dramske skupine s Planine pri Ajdovščini.

Ajdovščina, januar 2021.